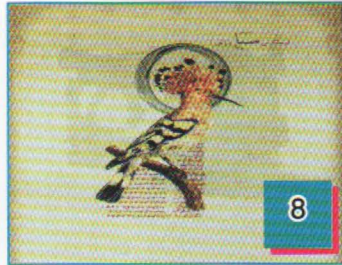
یەکەمین گۆڤاری کارگێڕی و گەشەپێدانی مرۆیی
لە کوردستاندا
28
لە پێناو گەلێکی خاوەن بڕیاردا
بڕیار
مانگانەیەکی تایبەتە بە کارگێڕی و گەشەپێدانی مرۆیی
ساڵی سێیەم ئەیلولی 2010
لێهاتووییەکانی
مامەڵەکردن
لەگەڵ خەڵکدا!
تەنها
ڕۆژێك
بە هەژاری!!
لێرەوە خۆشحاڵی خێزانەکان
دەست پێدەکات!
چەند جار هەلو دەرفەت لە دەرگای داویت؟
عەقڵە بچووکەکان!

The first Magazin Especializined in Management and Human Development in Kurdistan

مانگانەیەکی تایبەتە بە کارگێڕی و گەشەپێدانی مرۆیی
ساڵی سێیەم - ژمارە 28 - ئەیلوولی 2010

**بەڕێوەبەری نووسین**
**بەرزان ئەبوبەکر**

**سکرتێری نووسین**
**ئەسکەندەر ڕەحیم**

**ب: پەیوەندییەکان**
**محەمەد هاشم محەمەد**

**دەستەی نووسەران**
**هاژە شێروانی** — **پەیمان بەرزنجی**
**بێگەرد فارس** — **پەری شێخ کەریم**
**وەهاب حەسیب** — **محەمەد مێرگەیی**

**ڕاوێژکاری یاسایی**
**پارێزەر: ئازاد محێدین**

**دیزاین**
**جەمال دەروێش**
**پشتیوان عەبدولڕەحمان**

**بەشی ڕیکلام**
07480112787

**حساب بانکی گۆڤار**
بانکی کوردستانی نێودەوڵەتی سلێمانی 3371

**خاوەنی ئیمتیاز**
**ئەندازیار مەسعود تاهیر ڕۆژبەیانی**

**سەرنووسەر**
**عادل محەمەد شێخانی**
sarnosar@yahoo.com

**بۆ دابەشکردنی بڕیار**

هەولێر: خانەی سیروان ٠٧٥٠٤٦٧٢٩٦٣
کەرکوک: ٠٧٧٠٨٥٦٣٧٢٤ هەڵەبجە: ٠٧٧٠١٩٣٣٩٦٧ -٠٧٥٠١١٢٩٤٢٧
دەربەندیخان: ٠٧٧٠١٥٨١٠١٨ کفری: ٠٧٧٠١٥٦٦٨٧٦ کەلار: ٠٧٧٠٢١٠١٢٨٨
چەمچەماڵ: ٠٧٧٠٨٥٥٠٥٨٦ کۆیە: ٠٧٧٠١٥٤٩٧١٤ سۆران: ٠٧٥٠٤٥٠١٩٣٣
چۆمان: ٠٧٥٠٤٥٦٧٩٩٢ قەڵادزێ: ٠٧٧٠١٥٨٥٢٠١ ڕانیە: ٠٧٧٠١٥٨٠٤٤٢

**ناونیشانی گۆڤار**

سلێمانی - شەقامی سالم -تەلاری سلێمانی مۆڵ- نهۆمی دووەم
بەرامبەر بەڕێوەبەرایەتی گشتی پەروەردە
٠٧٧٠٢١٧٨٦٨٢ ٣١٩٣٩٤٦
E-mail: bryarmagazin@gmail.com
هەولێر ٠٧٥٠٤٤٦٣٢٣٠

**چاپخانەی سەردەم**

**نرخ 2500 دینار**

پێویست ناکات
چراکانی تر
بکوژێنیتەوە
تا چراکانی تۆ
بدرەوشێنەوە!!
لێگەڕێ با
هەموو چراکان
درەوشاوە بن!

# سیستەمی پەروەردەو ساڵێکی نوێ!!

## یەکەم دڵۆپ

گرنگترین سیستەم بۆ هەموو کۆمەڵگایەکی شارستانیو خاوەنژیار، سیستەمی پەروەردەو فێرکردنی نەوەکانیەتی، بۆ گەیشتن بە سیستەمێکی ناوازەو ئاست بڵند، پێویستە هەموو تواناکان بخرێنە گەڕو باشترین بودجەش تەرخان بکرێت.

فەراهەمکردنی سیستەمێکی باشی پەروەردەو خوێندنو فێربوون، دەبێت بخرێتە پێش هەموو خزمەتگوزارییەکەوەو لە ئەولەویاتی کاری هەموو حکومەتێکدا بێت.

هەموو گۆڕانو هەوڵدانو تێکۆشانێك بۆ پێشکەوتنو گەشەپێدان، دەبێت پەیامی پەروەردەو فێرکردن، بە گەورەترین پارمەتیدەر بزانێتو لە ڕوانگەی ئەوەوە، قۆناغەکانی پێشکەوتن دیاری بکات.

قوتابیانو خوێندکاران کە دڵی نەتەوەنو ڕۆحێکی هەمیشە زیندووی ئەم وڵاتەن، دوارۆژی نیشتمانو هەموو خۆزگەو هیواکان بەوانەوە پەیوەستە.

پیاوانو ئافرەتانی دوارۆژو درێژەپێدەری خەباتی سەلماندنی بوونو پارێزەری دەسکەوتەکانی گەل، جگە لە ئەوان کێن؟

لەگەڵ هەموو ساڵێکی نوێداو لەگەڵ کردنەوەی دەرگای قوتابخانەکاندا، هەزاران هیواو خۆزگەو ئاواتی ڕەنگاو ڕەنگ، لە ناخماندا چەکەرە دەکاتو چاوەڕوانی ئەو ڕۆژە دەکەین، کە ئێمەش وەك وڵاتانی پێشکەوتوو، دەبینە خاوەنی سیستەمی خوێندنی مۆدێرنو پێشکەوتوو، کە تیایدا بتوانین سوود لە بەنرخترین سەرمایە وەربگرین، کە سەرچاوەی مرۆییو وزەو تواناو بەهرە مرۆییەکانە.

ئێمە کە خاوەنی زیاتر لە "ملیۆنێك" قوتابیین، لە قۆناغی بنەڕەتییەوە تا پێش زانکۆ، لە کۆمەڵگایەکی لاودا، کە زۆربەی دانیشتووانی گەنجو لاونو زۆرینە پێك دەهێنن، نەمانتوانیوە سوودیان لێ وەربگرینو بۆ ئاوەدانکردنەوەی وڵاتو پێشکەوتنو گەشەپێدان بیانکەینە بەردی بناغە!!

زۆربەی وڵاتانی جیهان خەو بە سەرمایەی مرۆییەوە دەبینو بە ئاواتەوەن وەکو ئێمە ژمارەیەکی زۆر گەنجو لاویان هەبێت!!

بەڵام بە داخەوە نەخۆمان توانیومانە سیستەمێکی باش بۆ پەروەردەو خوێندن دابنێین، نە توانیویشمانە سوود لە ئەزموونی گەلانی پێشکەوتوو وەربگرین.. بەڵکو بە داخەوە زۆرجار لە شتە نێگەتیڤەکاندا، لاسایی ڕۆژئاوا دەکەینەوە!!

تەنها کێشەیەك کە لە کەناڵەکانی پەروەردەدا جەختی لەسەر دەکرێتەوەو وەك دەستکەوتێکی گەورە هەوڵی چەسپاندنو دامەزراندنی دەدەن.. تێکەڵاوکردنی کچانو کوڕانە، کە بە پێی ڕاو بۆچوونو لێکۆڵینەوەی هەموو پسپۆڕان، جگە لە زەرەرو زیان بۆ پرۆسەی پەروەردەو فێرکردن، هیچ سوودێکی نییە.

زۆریش بە داخەوە بە تێکەڵاوکردنی هەر دوو ڕەگەز، ئیتر ناوی "نموونەیی" بەسەر خوێندنگاکاندا دەبڕێتو وەك ئەوەی پێویست بە تاقیگەی جۆراو جۆر، وەرشەی کار، ئامرازی نوێ، کتێبخانە، مەلەوانگە، کۆمپیوتەر، پرۆگرامی نوێو پێداویستییەکانی تری خوێندن نەکاتو بە تێکەڵاوکردنی هەر دوو ڕەگەز، بارانی زانستو زانیاری ببارێت.

ئێمە پێویستە بۆ ڕیفۆرمی پەروەردەیی، تەماشای مەرجەکانی تەندرووستی، زانستی، هونەری، تەکنیکی، دابینکردنی کەسانی پسپۆڕ، ئامرازو هۆکارو دەزگای پێویست بکەین.

ئەگەر دەمانەوێت بەڕاستی تەکان بە ڕەوتی پەروەردەو فێرکردن بدەینو نەوەیەکی بەسوودو نیشتمانپەروەرو چالاك پەروەردە بکەین.

جێگای خۆیەتی بپرسین: ئامانج لەم کارە چییە؟

قەڵاچۆکردنی بەها ئاینیو کۆمەڵایەتییە بەرزەکان کە کۆمەڵگای کوردەواری لەسەر پەروەردە بووە.. لە قازانجی کێ تەواو دەبێت؟!

لەم سەردەمەدا ئەو پەیامە چییە کە نەوەکانمانی لەسەر پەروەردە بکەین؟

کوا ئەو بنەما بەرزانەی کە جاران ڕۆشنبیرانی وڵاتی لەسەر پەروەردە دەبوون؟!

ئەگەر کار وا بڕوات، ئەوەی نوێمان هیچ پەیوەندییەکی بە وڵاتو نیشتمانەوە نامێنێت، جگە لە خەریکبوون بەو ئامانجانەوە کە لە سنووری ئارەزووی مرۆڤ تێناپەڕێت، هیچ ئامانجێکی تریان نابێت.

ئایا لە ماوەی دەساڵی ڕابردوودا لە نێوان "٢٠٠٠- ٢٠١٠" کە هیچ ساڵێك ژمارەی قوتابیان، لە ملیۆن کەمتر نەبووە، چەند داهێنانمان ئەنجام داوە؟!

چەند لێکۆڵینەوەمان کردووە؟!

ئەو قوتابیانەی کە دەیاننێرینە زانکۆ، ئاستی پەروەردەییو زانستییان چەندە؟!

نەوەکانمان چیمان لێوە فێربوونو تا چ ئەندازەیەك سوودیان لێ وەرگرتووین؟

با ئاوڕێك لە ڕابردوو بدەینەوەو چاوێك بە هەڵەکانماندا بخشێنینو داوا بکەین لە قوتابخانەو خوێندنگەکاندا، کەشو هەوای زانستیو پەروەردەیی بخوڵقێنرێت.. نەك پێچەوانەکەیو بشزانین قوتابخانەی نموونەیی لە وڵاتانی پێشکەوتوودا، چ مانایەك دەبەخشێت؟؟؟

# کارگێڕی بە گوفتار

ئەوەی سوپاسی خەڵکی نەکات.. سوپاسی خوداش ناکات.

پێغەمبەر "درووودی خوای لێ بێت"

بۆ کوشتنی مێشوولەیەك، شمشێرەکەت هەڵمەکێشە.

پەندێکی کۆری

دەیەوێت دەرزییەك بکڕێت.. بەڵام لە نرخی ئاسن دەپرسێت.

پەندێکی عەرەبی

ئەو کەسەی گەورەی خودی خۆیەتی.. کەس گەورەی نییە.

پەندێکی چینی

ئەوەی نەفسی خۆی بەڵاوە بەڕێز بێت.. هەموو ئارەزووەکانی بە سووك دەبینێت.

ئیمامی عەلی

خراپترین شێوەکانی ستەم.. دادگەرییەکی ساختەیە.

ئەفلاتۆن

# کارگێڕی بە چیرۆك

## عەقڵە بچووکەکان!

دانیشتوانی گوندێك، بەدەست چاڵێکەوە.. گیرۆدە بووبوون.. نەیاندەزانی چی بکەن! ڕۆژ نەبوو کەسێکی تێ نەکەوێت!

بۆ تاووتوێکردنی ئەم بارودۆخەو دۆزینەوەی ڕێگەچارەیەك..دانیشتوانی گوند کۆبوونەوە.

سەرۆکی گوند، دوای بیرکردنەوەیەکی زۆرو گفتوگۆیەکی درێژخایەن.. پێی ڕاگەیاندن کەوا.. بۆ چارەسەرکردنی ئەم کێشەیە، سێ ڕێگەیان لە بەردەمدایە:

یەکەم: دەتوانن ئۆتۆمبیلێکی فریاکەوتن بکڕنو لە نزیك چاڵەکەوە بیوەستێنن.. بۆئەوەی هەرکاتێك کەسێك کەوتە چاڵەکەوە.. بەپەلە بیگەیەننە نەخۆشخانە.

دووەم: یاخود بۆ چارەسەرکردنی خێرای ئەو کەسانەی دەکەونە چاڵەکەوە.. دەتوانن لە تەنیشت چاڵەکەوە.. نەخۆشخانەیەك دروست بکەن.

سێیەم: ئەم چاڵە پڕ بکەنەوەو لە نزیك نەخۆشخانەکە، چاڵێکی دیکە هەڵبکەنن!!

**لەم چیرۆکەوە فێردەبین:**

١- عەقڵ یەکێکە لە گەورەترین نیعمەتەکانی پەروەردگار.. کە سەرچاوەی ئیلهامو بیرکردنەوەو نەخشەو پلانی جۆراو جۆرەو ئەگەر ئەو نەبوایە..مرۆڤ نەیدەتوانی لەگەڵ پێداویستیو ڕووداوە جۆر بەجۆرو داواکارییە یەك لە دوای یەکەکانی ڕۆژگاردا، مامەڵە بکات.. مرۆڤ لە ڕێگەی عەقڵو ژیرییەوە دەتوانێت بیربکاتەوەو بە بیرۆکەی فراوانو جوان.. چارەسەری کێشەکانی بکاتو پلانی کارامەش بۆ کارەکانی دابنێت.

٢- عەقڵ پێویستی بە پەرەپێدانو دەوڵەمەندکردنو بەهێزکردن هەیە.. ئەگەرنا دەپووکێتەوەو ناتوانێت کاری خۆی ئەنجام بدات.

٣- پێویستە مرۆڤ گرنگی بە بیرکردنەوە بداتو وەکو هونەرێك فێری ببێتو ڕۆژانە کاتێکی تایبەتو گونجاوی بۆ دیاری بکات.

٤- سەرچاوەکانی بەهێزکردنی عەقڵ.. خوێندنەوەو کارکردنو بیرکردنەوەی قووڵو شارەزابوونە لە ئەزموونی کەسانی دی.

٥- تا لە چوارچێوەی سندووقێکی داخراودا بیربکەینەوە..هەمیشە بیرکردنەوەی ناڕێکو لێڵ بەرهەم دەهێنینو ناشگەینە ئامانج.

٦- لەوانەیە ئەم چیرۆکەتان لا سەیر بێت..بەڵام ئەگەر تەماشایەکی دەوروبەر بکەین.. زۆر بەڕوونی ئەم جۆرە بیرکردنەوانە دەبینین. بە داخەوە هەندێجار لە ئاستی بەرزدایە. بۆ نموونە: لە بڕیارە گەورەکاندا، لە پڕۆژەو خزمەتگوزارییەکاندا.. لە هەمووی ترسناکتر، لە بڕیارو یاسا چارەنووسسازەکاندا!!

٧- نابێت بیرکردنەوەی وەهامان.. بەلاوە سەیر بێت، کاتێك بۆ کارە گەورەکان، پرس بە عەقڵە بچووکەکان دەکرێتو تەنانەت بۆ کارە بچکۆلەکانیش.. پرسێك بە عەقڵە گەورەکان ناکرێت.

٨- ئەم چیرۆکە، چیرۆکێکی دیکەم دێنێتەوە یاد.. کە گوایە لە کۆبوونەوەیەکی وەزیرانی دەرەوەی چەند وڵاتێکی جیهانی سێیەمدا.. تەماشادەکەن وەزیرێك چۆتە بەحری خەیاڵاتەوەو بە وردی غەرقی بیرکردنەوە بووە. هەر بۆیە ڕووی دەم دەکەنە ئەو.. بەو هیوایەی کە ئەو دەبێت بیرۆکەی بەرزی پێ بێت.

کاتێك داوای لێ دەکەن، بۆیان بدوێت.. لە وەڵامدا دەڵێت: من لەوساوە.. بیر لەوە دەکەمەوە.. ئەم مێزە گەورەیە، چۆن لەم دەرگا بچکۆلەیەوە، هاتووەتە ژوورەوە!!

# سەرکردایەتی

## بەشی یەکەم

ئا/ هەڵکورد مەسعود شاکر

له بەشی یەکەمی ئەم توێژینەوەیەدا زانیارییەکی تەواو لەسەر سەرکردایەتی دەخەینەڕوو، ئەویش لە حەوت باسی سەربەخۆدا، (یەکەم: چەمکی سەرکردایەتی، دووەم: پێناسەی سەرکردایەتی، سێیەم: بنەما بنەڕەتییەکانی سەرکردایەتی، چوارەم: ڕەگەزەکانی سەرکردایەتی، پێنجەم: گرنگی سەرکردایەتی، شەشەم: سەرچاوەکانی سەرکردایەتی، حەوتەم: شیکردنەوەی خەسڵەتەکانی سەرکردایەتی)، هەر یەك لەم باسانەش لێکدانەوەو شیکردنەوەی زانستی ڕوونی بۆ دەکەین.

**یەکەم/ چەمکی سەرکردایەتی:**

سەرکردایەتیکردن بە یەکێك لە کاریگەرترین ئامرازی ئاراستەکردن دادەنرێت لە کارگێڕیو بەڕێوەبردن، کە هاوکار دەبێت بۆ چارەسەرکردنی کێشە کارگێرییەکان، بە شێوەیەك ناهێڵێت کێشەکان دووبارە ببنەوە، چونکە سەرکردایەتی: بریتییە لە کۆمەڵێك چالاکی کە کاریگەری هەیە لەسەر کەسانی کارکەر تاوەکو بە ویستی خۆیان کاربکەن بۆ بەدیهێنانی ئامانجو چارەسەر کردنیان.

سەرکردایەتی جیاوازییەکی کەسی نییە لەگەڵ کەسەکانی تر، بەڵکو دەرهاویشتەی کۆمەڵێك هۆکارن بە تایبەتی لە پێکهاتە کەسییەکانی تایبەتی خۆیو کاریگەری لەسەر کۆمەڵگاکەیو هاوکاریکردنیان خۆی دەبینێتەوە، ئەوە جگە لە باردۆخە هەستیارو گرنگەکاندا کە سەرکردە ڕێگاکان ڕۆشن دەکاتەوە، لە هەڵسانی بە ئەنجامدانی ئەرکەکانو بەرهەمهێنانو پاراستنیان. کەواتە کارکردنو دەستکەوتبوون پێویستی بە گەشەپێدانی هاوکاری نێوان کەسەکان هەیە لەگەڵ دروستکردنی پلان، ئەمەش بە دروستکردنی ژینگەیەکی ڕێکاری کارگێری گونجاو دێتە دی بۆ بەدەستهێنانی دەستکەوتەکان، کە بە ئەرکی یەکەمی کەسی سەرکردە دادەنرێت جگە لە بە دەستهێنانی هاوسەنگی لە نێوان ئامانجەکانو ڕێکخستنو دابینکردنی پێداویستییەکانی تاکەکان.

بەڵام مامۆستا (ئیدریس ڕەمەزان) پێی وایە چەمکی سەرکردایەتی دەکرێت لە دوولایەنەوە باسی بکەین:

لایەنی یەکەم: "سەرکردەکان ئەو دەسەڵاتەی کەوا هەیانە لە دەسەڵاتی فەرمییەوە دەستیان دەکەوێت، یان بە شێوازێکی تر بە پێی ئەم لایەنە سەرکردەکان دروست دەبن، ئەویش لە ڕێگای ئەو دەسەڵاتە فەرمییەی کە پێیان دەسپێردرێت".

لایەنی دووەم: "ئەمەیان بۆچوونی جیاوازتری هەیە، چونکە بە پێی ئەو لایەنە سەرکردەکان دروست دەبن لە ناو ئەو ژینگەییەی کە تێیدا لە دایك دەبنو دەژینو کاریگەری ژینگەکە لەسەر سەرکردەکان".

**دووەم/ پێناسەی سەرکردایەتی:**

وشەی سەرکردە، واتە: پەیوەندییەکی ئاڵوگۆڕکراوە لە نێوان ئەو کەسەی کە دەست بەکاردەکاتو ئەو کەسەی کار بەرهەرم دەهێنێت، ئەو پەیوەندییەش نواندنی دوو ڕۆڵی ئاشکراییە. ڕۆڵی یەکەم ئەو کەسەیە کە بە کارەکە هەڵدەستێت ئەویش خودی سەرکردەکەیە، ئەرکی سەرکردەش بریتییە لە دەرکردنی فەرمانەکان.

ڕۆڵی دووەمیش کە کار بەرهەم دێنن بریتین لە تاکەکانو شوێنکەوتووەکانی، ئەرکی ئەوانەش جێبەجێکردنی فەرمانەکانە کە پێویستە لەسەریان، یاخود پێویستە پابەندبن بەو ئەرکە، بەڵام هەندێکی تر پێیانوایە سەرکردە، یان سەرکردایەتیکردن بریتییە لە "هونەری بڕیاردان، چونکە سەرکردە ڕووداو دروست دەکات چاوەڕوانی ئەوە ناکات چی ڕوو دەدات" لەم پێناسەیەدا ئەوەمان بۆ دەردەکەوێت کە سەرکردە بینەری ڕووداوەکان نییە، بەڵکو خۆی دروستکەری ڕووداوەکانە لەو واقیعەی کە تێدایە، بۆیە گەر سەرکردە نەبووە کاراکتەری سەرەکی لەناو باروودۆخو ڕووداوەکان ناتوانین بڵێین کەسێك بوونی هەیە بە ناوی سەرکردەوە.

یان سەرکردایەتی بریتییە "لە هەبوونی توانای کارتێکردن لەسەر دەروونو هەڵسوکەوتەکانی خەڵك، هەنگاونانیان بۆ گەیشتن بە ئامانجێکی هاوبەش، چونکە سەرکردایەتی کلیلی بەڕێوەربردنە لە گشت بوارەکانی ژیاندا بە تایبەتی لە زانستی کارگێڕی کە ڕۆڵێکی سەرەکی هەیە لە پەرەپێدانو ڕێنمایی کردنو ڕێکخستنی کارگێڕی".

دیارە سەرکردە، یاخود سەرکردایەتی یەکێکە لە لایەنە گرنگی پێدراوەکان لە ئاینی پیرۆزی ئیسلامدا، (د. فەوزی کمال) بەم جۆرە پێناسەی سەرکردە دەکات "سەرکردە بریتییە لە کەسێکی کومەڵایەتی، کە پەیوەستە بە بوونی نێوان دووکەس یان زیاتر، جگە لەوە پێویستییەکی کۆمەڵایەتییە بۆ ڕێکخستنی پەیوەندییەکانی نێوان تاکەکانی کۆمەڵگە لەسەر بنەمای یەکگرتووی بۆ یەك ئامانج بە یارمەتی خودی خۆیان". هەر وەکو دەزانین هەموو شتێك کە گرنگو پێویست بێ بۆ کۆمەڵگای مرۆڤایەتیەو ڕێکخستنی گشتی (خوای گەورە)، یان لە قورئانەکەی، یان بە نێردراوەکانی ئاماژەی پێکردووە، ئەوەتا پێغەمبەرمان محەممەد (درودی خوای لەسەربێت) لە چەند فەرموودەدا باسی ڕۆڵو گرنگی سەرکردە دەکات لە ژیانی کەسەکان، وەك دەفەرمووێت: دروست نییە ئەگەر سێ کەس لە زەوییەکی بە تاڵدا بوون کەسێکیان نەبێتە سەرکردەیان. ئەم فەرموودە جگە لە جەختکردنەوە لەسەر گرنگی سەرکردە، ئەو ڕاستیەی دەردەخات کە دەبێت سەرکردە هەڵبژێردراوی کەسەکان بێت، واتە: بەو مانایەی ناکرێت بە کەسێك بڵێن سەرکردە تەنها خۆی لەگەڵدایە، ئەمە جیا لەوەی ئەم فورموودەیە بەڵگەیەکی زیندووی گرنگی پێدانی ئیسلامە بە سەرکردە. "کەواتە سەرکردە ئەو کەسەیە کە توانای کاریگەری لەسەر خەڵکی تر هەیە بۆ ئەوەی بە ڕێکوپێکیو بە پێی پلان کاربکەنو ئەنجامی باش بەدەست بهێننو بگەن بە ئامانجەکان".

### * سەرکردایەتی چییە؟

- کاریگەربوون لەسەر کەسانی تر بۆ ئەوەی ئەو کارانە ئەنجام بدەن کە سەرکردە مەبەستییەتی.

- توانای سەرکردایەتیکردن بەوەی کەوا لە کەسانی تر بکات بۆئەوەی بە باشی کاربکەن، هەروەها بڕوایان بە خۆیان هەبێت بۆ بە جێهێنانی ئەو کارانەی کە پێیان دەسپێردرێت.

- توانای ڕازیکردنی تاکەکان بۆ هەوڵدانو گەیشتن بە ئامانجەکان.

- هەوڵی جوڵاندنی کۆمەڵێك کەس بۆ ئامانجێکی دیاریکراو و نەخشە بۆدانراو، ئەوەش بە هۆی هاندانو دیاریکردنی کارەکانیان دەبێت.

### سێیەم/ بنەما بنەڕەتییەکانی سەرکردایەتی:

سەرکردە کاریگەرییەکی زۆری هەیە لە ژیانی تاكو نەتەوەکانی دونیا، پێویستییەکی زۆر گەورەو بەڵگە نەویستە بۆ کۆمەڵگاکان بە تایبەتی ئەو کۆمەڵگایانەی لە سەرەتای گەشەکردندانو تازە پلان دادەنێن بۆ سەر لە نوێ بوژانەوەو دروستکردنی بنیادی بواری کۆمەڵایەتیو ڕامیاریو ئابووری... هتد، بێگومان ئاڕاستەکردنو گرتنە ئەستۆی هەموو ئەو هەنگاوانە بە جێبەجێکردنێکی عەقڵانی پێوستی بە کەسێکی سەرکردە هەیە بۆ ئەوەی بتوانێت ئەو پێداویستیانەی کە لەبەر دەستی دایە وەك هێزی تاکەکانو بودجەو نەخشەو پلانەکان بە باشی بە کاریان بهێنێتو گرەنتی بە دەستهێنانی ئامانجە هاوبەشو دیاریکراوەکان بکات، لێرەدا سەرکردە دەبێتە بنەمایەکی بنەڕەتی ئەو کۆمەڵگایە.

ئەو هێزەی کە تواناکان ئاڕاستە دەکاتو هانیان دەدات بۆ گەیشتن بە ئامانجەکان دەبێت چەند بنەمایەکی بنەڕەتی هەبێت، هەم بۆ خودی سەرکردە، هەمیش بۆ تاکەکانی ئەو کۆمەڵگایەی کە پێویستیان بە سەرکردایەتیکردن هەیە، تاوەکو پێکهاتەیەکی گونجاو و ڕێکخراو دروست بکەنو ببنە پاڵپشتێکی باشی کەسی سەرکردە لە هەنگاوەکانی دەستەبەرکردنی ئامانجە خوازراوەکان لە شێوەی ئەم هێزانەی خوارەوە:

- هێزێك هەبێت لە نێوان سەرکردەو کۆمەڵ بە شێوەیەکی ڕازیکەر، بۆ ئەوەی ڕێگایەکی دروست بەو کۆمەڵەیە نیشان بدات بە شێوەیەکی ڕێکخراو، تاوەکو بەرەو ئەو ئامانجانە بچن کە سەرکردە دیارییان دەکات.

- توانایەکی کارتێکەری هەبێت لەگەڵ ئەو ژینگەیەی کە کاری تێدا دەکات، بۆ ئەو هۆکارانەی کە بە کاری دەهێنێت بە پێی ئەو تواناو پێویستیەی کە هەیەتی.

- توانایەکی زۆرو جوڵەیەکی نەوەستاوی هەبێت کە ئەمەش ڕێژەی چالاکییەکەی بەرزدەکاتەوە، لەوانەشە هەندێجار دابەزێت، بەڵام بەردەوامە.

- هێزێك کە بنەماو هۆکارو ئامرازەکان دادەمەزرێنێت بۆ مەبەستی ئامانجێکی ڕوونو ڕێکخراو.

- هەستی هونەری سەرنجڕاکێشانی هەبێت لە بەرامبەر تاکەکان، کە هۆکارێکی گرنگە بۆ ڕاکیشانی زۆرترین تاکی ئەو کۆمەڵگایەی کە سەرکردایەتیان دەکات.

### چوارەم/ ڕەگەزەکانی سەرکردایەتی:

سەرکردە دەبێت خاوەنزانیاریو کەسایەتییەکی کاریگەر بێت بۆ بەدیهێنانی ئامانجی دیاریکراو، کە کۆمەڵێك کەس لەگەڵی هەوڵدەدەن بۆ بەدەستهێنانی ئەو ئامانجانە.

بنەمایەکی گرنگ هەیە بۆ سەکردایەتیکردن، ئەویش ئەوەیە هەر سەردەمو بارودخێك پێویستی بە سەرکردەی گونجاوو تایبەتی خۆی هەیە. بۆیە نەبوونی ئەو بنەمایە لە خەسڵەتەکانی سەرکردەدا وا دەکات ئەو سەرکردەیەی کە هەشمانە سەرکردەیەکی کۆپی کراوی خۆیمان دەست دەکەوێت لە سەردەمێکی جیاوازتردا، ئەمە جیا لەوەی ئەگەر هاتوو هەر لەبنەڕەتدا بێ سەرکردە بووین ئەوا هەموو کات وێرانییەکی گەورە چاوەڕێمات دەکات چونکە "نەبوونی سەرکردەیەکی کاریگەر نەتەوەکان بە دەیەها ساڵ دوادەخات". پێشەوا عومەر (ڕەزای خوای لێبێت) دەڵێت: پێغەمبەر (درودی خوای لەسەربێت) فەرمووی: "هەمووتان سەرکردەنو هەر هەمووشتان بەرپرسیارن لە سەرکردایەتی کردنەکەتاندا، چونکە سەرکردە بەرپرسیارە لە سەرکردایەتی کردنەکەیدا، ژن سەرکردەی ماڵی مێردەکەیەتیو لێی بەرپرسیارە، تەنانەت کۆیلەش بەرپرسیارە لە ماڵی گەورەکەی".

لێرەدا پێغەمبەرمان زۆر بە ڕاشکاوانە حەقیقەتی، یاخود کرۆکی سەرکردەمان بۆ دەردەخات، واتە بەو مانایەی پێویستە لەسەر سەرکردەکان پابەندی بەڵێنو سەرکردایەتییەکان بن. هەروەکو (ئەبوحاتەم) ڕوونتر باسی بەرپرسیاری سەرکردەمان بۆ دەکات کە دەڵێت: سەرکردەی خەڵکی زانایانن، سەرکردەی پاشاو دەسەڵاتدارەکان عەقڵە. سەرکردەی پیاوچاکان تەقواییە، سەرکردەی قوتابیان مامۆستاکانیانن، سەرکردەی منداڵ دایكو باوکیەتی، سەرکردەی ئافرەت هاوسەرەکەیەتی، سەرکردەی کۆیلە گەورەکەیەتی. کەواتە هەر یەك لەوانە بە پێی ئەرکو سنووری بەرپرسیاریەتییەکانیان، بەرپرسیارن لەو ڕۆڵەی کە دەیگێڕن لە ناو کۆمەڵگاکەیان.

# دانایی بەڵقیس و وانەیەك بۆ سەرکردەکان

**١- ڕاستگۆیی لەگەڵ گەلەکەیو ڕاوێژ پێکردنیان:** کاتێك پەپووسولەیمانە نامەکەی سولەیمانی (درودی خوای لەسەربێت) بە ئەمانەتەوە گەیاندە دەستی بەڵقیس، هەرچەندە نامەکە هەڕەشەو داوای خۆبەدەستەوەدانی تێدابوو، بەڵام بابەتەکەی بە چواردەورەکەیو دەستەی ڕاوێژکاریو گەلەکەی گەیاندو لە ناوەڕۆکەکەی ئاگاداری کردنەوە. بۆئەوەی نەکەونە نێو ڕووداوی کتوپڕەوە. بەڵام فەرمانڕەوای خۆ بەزلزان بەلایەوە گرنگ نییە کە گەلەکەی دەکەوێتە چ مەترسیەکەوەو بە ئارەزووی خۆی بڕیار دەدات، میللەتیش لە مەترسی ئاگادار ناکاتەوە. وەکو دەفەرمووێت: [ (شاژن هاتو نامەکەی بینیو خوێندییەوە، پاشان وەزیرانو ئەنجوومەنەکەی خۆی کۆکردەوە)و وتی: ئەی ڕێزداران، بەڕاستی من نامەیەکی پیرۆزو بەڕێزم بۆ هاتووە، نامەکە لە سولەیمانەوەیەو بەناوی خوای بەخشندەو میهرەبانەوە (دەست پێدەکاتو دەڵێت: خۆتان بە گەورە مەزانن و لێم یاخی مەبنو وەرن موسوڵمان ببن...

**٢.پابەندبوون بە بیروباوەڕی ڕوێژکاری (شورا):** ڕاوێژکردن بە کەسانی شارەزاو لە خۆوە بڕیار نەدان، یەکێکە لە هۆکارەکانی سەرکەوتن. ئەمەش بە ڕوونی لە قسەکانی بەڵقیسدا دیارە، خوای گەورە بۆمان دەگێڕێتەوەو دەفەرمووێت: بەڵقیس بە ئامادەبووانی وت: ئەی ڕێزداران ڕاتان چییە؟ چی بکەم باشە؟ خۆ من هیچ بڕیارێکم نەداوە تاکو ئێوە لێی ئاگادار نەبووبنو ڕاتان دەربارەی نەدابێت).

**٣-گرنگیدان بە ژمارەو نیزامی سەربازی:** ئەمەیان بیروباوەڕو توانای سەرکردەکان بۆ بەرگری لە لە نیشتمان زیاتر دەکات، ئامادەییان تێدا دەبێت بۆ

د.بابان

بەرەنگاربوونەوەی هەر هێرشێکی دەرەکی، هەر بۆیە ئەنجوومەن وەڵامی دایەوەو وتیان: (خۆت دەزانی کە ئێمە خاوەنی هێزو تواناو دەسەڵاتی توندو تیژین، فەرمانیش فەرمانی تۆیە، بیربکەرەوەو چ فەرمانێك دەدەیت، (ئێمە ئامادەین)) .

**٤-نەرمونیانیو پێشبینیکردنی داهاتوو:** هەرچەندە ڕاوێژکارەکان بۆیان ڕوون کردەوە کە ئامادەیی بەرگریکردن لە وڵاتیان تێدایە، خۆیان کرد بە وەکیل بۆ ئەوەی بڕیار بداتو فەرمان دەربکات. بەڵام ئەو ڕێگەی نەدا ئەو قسەو قسەلۆکانەی کە دووڕووەکان دەیانخوێند بە گوێی سەرکردەکانیدا کاریان تێبکات، بەڵکو هات ئەوانی خستە باری هەستکردن بە بەرپرسیاریەتیو پاراستنی گەورەییو شکۆمەندی نیشتمانو ڕێزی گەلەوە. بە ئاشکرا پێی ڕاگەیاندن گەلەکەیان تووشی چی دەبێت ئەگەر ڕاستەوخۆ ڕووبەڕوو ببنەوە لە گەڵیان. کە ئەمە زۆربەی سەرکردەکانی ئێستا لێی دەترسێن. هەر بۆیە بەڵقیس وتی: (بەڕاستی لەشکری پاشاکان کاتێك چووبنە شارو دێهاتەکانەوە، وێرانو کاولیان کردووەو تۆوی خراپەیان چاندووە، کەسانی خاوەن دەسەڵاتو پیاوی ناوداری ئەو شوێنەیان زەلیلو ڕیسواکردووەو هەمیشە ئەوە پیشەیانەو بەو جۆرە دەکەنو هەرواش دەبن)..

**٥- وریاییو زیرەکی ڕامیاری (سیاسی):-** هەوڵدان بۆ دوورخستنەوەی مەترسی بۆ سەر گەلەکەیو چارەسەرکردنی کێشەکان بە شێوەیەکی ئاشتییانە، تاقیکردنەوەو دڵدانەوەو بەلای خۆدا ڕاکێشانی دوژمن بۆ ڕیزەکانی خۆی، لەبەرئەوە هەستا بە ناردنی دیارییەك بۆ سولەیمان (درودی خوای لەسەربێت)، هەروەکو دەفەرمووێت: (من بڕیارمداوە کە دیارییەکی بۆ بنێرم، جا چاوەڕێ دەکەم بزانم نوێنەرەکان چ هەواڵێکم بۆ دەهێننەوەو (هەڵوێستی سولەیمان چۆن دەبێت؟).

**٦- سەردانەواندن بۆ حەقو ڕاستیو گوێڕایەڵیکردنی:** ئەم خاسییەتە زۆربەی کەسە گەورەکان لەوانی تر جیادەکاتەوە، بەڵقیس گەورەییو پاشایەتییەکەی وای لێنەکرد کە تاوان بکاتو خۆی بە گەورە بگرێت. بەڵکو کە تەختی پاشەیەتییەکەی خۆی بینی، کاتێك بەسەر مەڕمەڕو یاقوتەکانا تێپەڕیو لێی تێکچوو خۆی هەڵکرد، قاچەکانی دەرکەوت، بۆی ڕوون بوویەوە کە سولەیمان (درودی خوای لەسەربێت) لە لایەن خوداوە نێردراوە، ئەوەی پێیەتی حەقو ڕاستییە، بۆیە بێ دوودڵی تەسلیمی بەرنامەکەی بوو،باوەڕی پێ هێناو دانی بەوەدانا کە هەڵە بووە.

# 10 بیرۆکەی یارمەتیدەر بۆ بەڕێوەبردنی ژیانێکی پڕ ئیشوکار

و: کاروان ڕەشید محێدین

سادە کردنەوەی ژیان بەو واتایە نییە کە ئەو شـــتانەی لە پێویستییەکانی ژیانن وازیان لـێ بهێنرێت، لە ڕاســتیدا ئەوەی ناوی لێنراوە ســادەژیان، ڕێك پێچەوانەی ئەوەیە.

ســادەکردنەوەی ژیــان کاتێکی زیاترو باشــترتان بۆ بەجێهێنانی ئــەو کارانەی کاتو وزەیەکــی زۆریان پێویســتە: (وەکو وەرزشــکردن،خوێندنەوەی پەرتــووكو گۆڤــاری بەسوود،بەشــداربوون لــە کۆڕوکۆبوونەوەو وانەی گشتیو... هتد) پێ دەبەخشێت.

بــە تاقیکردنــەوەی ئــەم بیرۆکانــە، بۆتان ڕوون دەبێتەوە ئاخۆ (کاتو تێچوون لەخەرجو مەســرەف، کەشو بارودۆخێکی باشو بەسوود،لە ژیانتاندا دێتەدی؟

١- نەریتێکــی بــە ســوودی نــوێ لە ژیانی خۆتدا بهێنەرە دیو تاقی بکەرەوە، ئەندامانی خێزانەکەشــتان بۆ فێرکردنی ئــەو نەریتە نوێیە هان بدەن، بۆ نموونە: کاتێــك لە ژووری حەوانــەوەو نانخواردن بەرەو ژووری خەوتن دەڕۆن، ئەو شتانەی پێویســتی خۆتانو پەیوەندی بەخەوتنی خۆتانــەوە هەیە لەگەڵ خۆتان هەڵیگرنو بیبەرە ژووری نووستنەکەتان.

٢- ئەگــەر ئەندامانــی خێزانەکەتان زۆرن، واتــە خێزانێکــی قەرەباڵغــن، هەمــوو ئەندامانی ئــەو خێزانەش کەڵك لــە یــەك گەرمــاوو دەبلیوســی دەبینن، شــوێنی کەلوپەلــە تایبەتەکانــی هــەر یەکــە لــە ئەندامانــی خێزانەکەتــان جیابکەنــەوە، لەپــاش بەکارهێنانــی کەلوپەلەتایبەتەکانتــان، بۆژوورەکــەی خۆتان ئەگەر هەبوو بیگێڕنەوە، ئەگەریش ژووری تایبەتتان نەبوو، لە ســندووق، یان جانتا، یاخود لە هەر شتێکی تری تایبەتی خۆتاندا هەڵی بگرنەوە، هەر وەکو بەشــی ناوخۆیی، هەتــا کەلوپەلو پێداویســتییە تایبەتەکانی ڕۆژانەتان (وەکو شانە، فڵچەی دەموددان، خاولی، شــامپۆ، ســابوون،...هتد) تێکەڵو پێکەڵ نەبنوماڵەوەشتان شپرزەو ئاڵۆزنەبێت، قاڵــەی بچووكو دەمەدەمێو پرسیارو وەڵامی بێ جێ لەسەر دۆزینەوەی کەلوپەلەتایبەتەکان دروست نەبێت.

٣- ســندوقێك، یان کارتۆنێکی تایبەت بۆ ئەوکەلو پەلانە دابین بکەن، کە لەخۆتان زیادنو پێویســتتان پێیان نییە، بیان دەن بە کەســێك کەپێویســتی بە وەها شتێك هەبێت، ئــەوەش یارمەتــی کۆکردنەوەی ماڵەوەتان لە شتی زیادە دەدات، لە هەمان کاتــدا یارمەتی پڕکردنەوەی پێداویســتی کەسێکیش دەدات.

٤- دەڵێن ئەنیشتاین بۆ بیرهێنانەوەی ئەو شــتانەی کە ڕۆژانە پێویســتی پێیان بــووە (تەنانەت ژمارەی تەلەفۆنەکەشــی) کــە نووســینیان ئاســان بووە، خــۆی بە لەبەرکــردنو بیرکردنــەوە لێیان خەریك نەکردووە، لە تێنووسێکی گچکەی گیرفانی دا نووسیویەتی، چونکە لەو باوەڕەدا بووە ئەو شــتانە هەرچەند گچکەش بن کاتێکی زۆر لــە مرۆڤ دەگرنو مێشــك ســەرقاڵ دەکەن، ئێوەش بۆ ئاســانکردنی کارەکانی ڕۆژانەو باشتر بیرکەوتنەوەی ئەو فرمانو پێداویســتییانەی ڕۆژانەتان، تێنووســێکی بچــووك دابیــن بکــەن، یاخــود لــە ناو مۆبایلەکانتــان تۆماریان بکەن، تا لە کاتی پێویستدا کەڵکیان لێ وەر بگرن.

٥- ئــەو گۆڤــارو کتێبــەی ڕۆژانە بۆ خوێندنــەوەو ســوود وەرگرتــن لێیان بە کاریــان دەهێنیت،لــە شــوێنێکی تایبەتو دیاریکــراودا دایان بنێ،بۆ ئــەوەی کاتێك پێویستت پێیان دەبێت، هەموو ماڵەوەتان بۆ پشــکنینو دۆزینەوەیان پێوە ســەرقاڵ نەکەیت.

٦- بــا هــەر یەکــە لــە ئەندامانــی خێزانەکەتان ســندوق، یــان تاکی بۆفیو کەوانتەر، یان جانتــای تایبەتی کەلوپەلو پێداویســتی جیای خۆی هەبێت، شتەکان لــە ماڵەوە پــەرشو بــڵاو مەکەن،هەموو کات وادابنێن میــوان بەڕێوەیەو کامێرەی شاراوەیان پێیە.

٧- هەموو شەوێك تەنها بە (١٥) خولەك خۆســازدانو بەرنامەڕێژی، دەتوانن لیستی ئەركو فرمانەکانی ڕۆژی پاشــتر دابنێن، ئیدی بەیانیان خەمی دۆزینەوەی گۆرەویو قایشــی پانتۆڵو بۆیاخــی قۆنەرەو بەزمی تری لەوشێوەتان لە کۆڵ دەبێتەوەوخەوێکی بێخەمو خەیاڵیش دەکەن.

٨- ڕۆژێــك دابنێــن بۆ دانــی پارەی کارەباو ئاوو مانگانەی کرێ خانوو، ئەگەر خوانەخواســتە کرێچین، هەتا هەر ڕۆژەو یەکێك بەرۆکت نەگرێو پسووڵەیەکت بۆ بنووســێت، چونکە لەوانەیە لــە کاتێکدا پێت بڵێن، ئامادەیــی ماددیت نەبێتو لە دۆخێکی نــا لەبارو کێشــەی خێزانی و... هتد،دا بیت.

٩- ڕۆژێکی هەفتە دابنێ بۆ تەواوکردنی ئەو کارانــەی کە بەناتــەواویو نیمچەیی بەجێتان هێشــتوون، بۆ نموونە دەتەوێت دیارییەك بۆ هاوڕێیەکت بنێریت، تەلەفۆن بۆ کۆمەڵێ دۆستو خزمو هاوڕێت بکەیت، جلوبــەرگو پیڵاووپێداویســتی خــۆتو ماڵەوە بکڕیت،ئەو کارەت یارمەتی ئەوەت دەدات، ســوود لە کاتەکانی ترت وەرگریت، چونکــە کۆمەڵــێ کاری لاوەکــیو بچووك هەن بە ماوەیەکی کەمو چەند دانەیەکیان پێکــەوە دەتوانرێت ئەنجام بدرێن، بەڵام کە سەرقاڵی کاری تر بوویت، کاری گچکەت لێ دەبێتە فیلی زەبەلاح.

١٠- ئــەوە بکەنــە بەرنامــەی ماڵەوەتان،هەموو کەسێك بەرپرسیاریەتی کارێکــی لــە ئەســتۆ بێــت، یاخــود کاروبارەکانی ماڵەوە بە ســەرەو هاوکارییو یارمەتیدانــی یەکتــر ئەنجــام بدرێــن، چاوەڕێی ئەوە نەبیت حازرخۆروسفرە دڕ بیت، با جاروبار لە ئامادەکردنی خواردنی ژەمەکاندا، بەشداری بکەیت، نەك بخۆرێکی بێبەرهەمو توانجدەر لە خۆراكو چێشــتە ئامادەکراوەکانی بەردەمت بیت.

سەرچاوە:کانون خانوادە، ژمارە/ ٢٤٩

# لێهاتووییەکانی مامەڵەکردن لەگەڵ خەڵکدا

بەشی سێیەم

ن: د. طارق السویدان
و: دڵشاد محەممەد

## سێیەم/ هاندانی مرۆڤ

لە ژمارەی ڕابرووودا باسمان لە لێهاتوویی (کارتێکردن لە مرۆڤ) کردو گرنگی ئەو کارەشمان لە پرۆسەی کارگێڕیی‌و سەرکردایەتییدا ڕوونکردەوە، باسمان لەوەشکرد کە (کارتێکردن) بە هۆی چەند هۆکارو فاکتەرێکەوە دێتە دی کە گرنگترینیان بریتی بوو لە: (سۆز جوڵاندن، گرنگیدان بە مرۆڤ، قەناعەتپێکردن، ئەمەکداری، سیحری هۆگربوون)، ئەمجارەش بە پشتیوانی خودا قسە لەسەر لێهاتوویی سێیەم دەکەین، ئەویش لێهاتوویی (هاندان)ە...

لێهاتوویی (هاندانی مرۆڤ) لە ڕێگەی ئەم خاڵانەی خوارەوە مەیسەرو دەستەبەر دەبێت:

١- پەخش‌وبڵاوکردنەوەی وزەی ئیجابی‌و گەشبینی لە ساتە لاوازو ناڕەحەتەکاندا:

پێویستە لەسەر سەرکردە هەمیشە خەڵکی بەرەو ئومێدو هیواو گەشبینی هانبدات، تەنانەت لە ناڕەحەتترین‌و سەختترین ساتەوەختەکانیشدا، وەك ساتەکانی شکست‌و ئازار، هەروەها لە ناڕەحەتی‌و بەڵاو موسیبەتەکاندا، ئەو کارەش ئەنجامنادرێت بەبێ بوونی دیدگاو ڕوانینێکی ڕۆشن‌و دیار لای سەرکردەو شوێنکەوتووان... موسا پێغەمبەر (درودی خوای لەسەربێت) دەریا لە بەردەمی‌و دوژمنیش لە پشتییەوەیە، بەڵام لە سۆنگەی ئەو دیدگا ڕۆشنەی هەیبوو بە یارمەتیدان‌و سەرخستنی خودا بۆ باوەڕداران‌و پێغەمبەران، گیانی ئومێدو هیوای لە دەروونی گەلەکەیدا بزواندو فەرمووی: [قَالَ كَلاَّ إِنَّ مَعِيَ رَبِّي سَيَهْدِينِ] سوره الشعراء/٦٢، واتە: موسا وتی: نەخێر پێتان ناگەن بێگومان من پەروردگارم لەگەڵدایە، بەزوویی ڕێگای (ڕزگار بوونم) نیشان دەدات..

پێغەمبەری خوداش (درودی خوای لەسەربێت) لە غەزای خەندەقدا کاتێك بینی موسڵمانان ئابڵوقەو گەمارۆدراون، برسی‌و بێهێزو بێتوانان، جولەکەش لە پشتیانەوە پیلانیان لە دژ دەگێڕن، بە هۆی دیدگاو ڕوانینی داهاتوویی بۆ سەرکەوتنی ئیسلام‌و موسڵمانان، گیانی گەشبینی‌و ئومێدو گوڕوتین‌و ورەبەرزی لە دەروونی هاوەڵانیدا برەو پێدا.

٢- هەستکردنی شوێنکەوتووان بە دڵئارامی:

هەستکردنی مرۆڤ بەوەی کار لەگەڵ کەس‌و سەرکردەیەکدا دەکات کە خۆشیدەوێت‌و فێری دەکات‌و ڕێنمایی دەکات، وا لە تاکەکان دەکات هەست بە دڵئارامی‌و ئاسوودەیی بکەن لەگەڵ ئەو سەرکردەیەدا.. پیاوێك هاتە لای پێغەمبەری خودا (درودی خوای لەسەربێت) لە ترسی ئەو گیانی هاتە لەرزین‌و زۆر ترسا، پێغەمبەر پێی فەرموو: {لەسەرخۆبەو مەترسە، من پاشا نیم، بەڵکو من کوڕی ئافرەتێکی قوڕەیشیم کە گۆشتی وشکەوەبووی دەخوارد}، ئەو جۆرە وشەو وتانە وا لە مرۆڤ دەکات هەست بە دڵئارامی‌و پەلکێشکردن بکات.

هەروەها سەربازەکانی ناپلیۆن هێندە متمانەیان پێی هەبوو، کە باوەڕیان وابوو هەمیشە بەرەو سەرکەوتنیان دەبات، بۆیە دەیانووت: ئەو دەتوانێت لەگەڵ خۆیدا بمانبات بۆ ئەوپەڕی جیهان.

٣- دەسەڵات بەخشین بە شوێنکەوتووان:

فەرمانبەران پێیان خۆشە کە ئازادییان بدرێتی بۆ ئەنجامدانی کاروبارەکانیان بەو ڕێگەو شێوازەی خۆیان بە لایانەوە پەسەندو گونجاوە، بۆیە کاتێك تۆ کارێك بۆ فەرمانبەرەکانت دیاری دەکەیت تا جێبەجێی بکەن‌و ڕاهێنانی پێویستیان بۆ دابین دەکەیت، پاشان ئازادی‌و دەسەڵات‌و سەلاحیەتیان پێدەدەیت، تا ئەو کارە بە ئەنجام بگەیەنن، ئەوا تۆ بەو جۆرە هەڵسوکەوتەت گوڕوتینیان پێدەبەخشی‌و هێزوتوانایان دەخەیتەبەر بۆ ڕاپەڕاندنی کاروبارەکانیان بەو شێوەی داواکراوو ویستراوە، هەروەك چۆن ئەوان بەوهۆیەوە داهێنان لە کارەکانیاندا دەکەن‌و بەوپەڕی پەرۆشی‌و گوڕوتین‌و گیانی دەستپێشخەرییەوە کارەکان ڕادەپەڕێنن.

٤- هاندان:

هاندانی فەرمانبەرو شوێنکەوتووان لەسەر کارو بەرهەم‌و بەدیهێنانی ئامانجەکان، بە چەندین ڕێگەی ماددی‌و مەعنەوی دێتەدی، لەوانە "ستایش‌و مەدحکردن، پلەبەرزکردنەوە، ڕێزلێنان، خەڵاتکردن، خستنەڕووی کارو بەرهەمی فەرمانبەر لە نێو فەرمانبەرانی تردا،..."، چەندەها ڕێگەو شێوازی دیکە...

بە پشتیوانی خودا، لە ژمارەی داهاتوودا باس لە لێهاتوویی چوارەم لە لێهاتووییەکانی مامەڵەکردن لەگەڵ خەڵکی دەکەین، ئەویش لێهاتوویی "بونیادنانی پەیوەندییە مرۆییەکان)ە.

# وەك وتاربێژێك، خەڵكی چۆن گوێت بۆ دەگرن؟ ٢-٢

ئاوات جەمال

١٢- کەم بڵێو زۆر ببیستە:

هیچ مرۆڤێك، ناتوانێت لە یەك کاتدا، دوو کرداری وەك قسەکردنو گوێگرتن، ئەنجام بدات.. بۆیە دەبینین خوای گەورە، دوو گوێی بۆ بیستنو زمانێکی بۆ ئاخاوتن پێبەخشیوین.. ئەمەش لە بنەڕەتدا بێ هۆ نییەو بەڵگەیە لەسەر ئەوەی کە پێویستە مرۆڤ، زیاتر گوێ بگرێتو کەمتر بدوێت. لە کوردەواریشدا جوانیان گوتووە: (کەم بڵێو زۆر ببیستە).

١٣- بە تێگەشتنەوە گوێ ڕادێرە:

کاتێك گوێ لەو کەسە دەگریت کە قسەت بۆ دەکات.. هەوڵ بدە بە باشی لێی تێ بگەیت. وای دابنێ، گوێگرتن وەبەرهێنانێکی بە بایەخە، لە کاتو زانیاریدا. لەئەنجامدا بەمەش سامانێکی بێ پایانی زانیاری بە دەست دەهێنیت.

١٤- دەرفەت بە بەرامبەرەکەت بدە:

وا بیر مەکەرەوە.. لەبەرئەوەی تۆ وتاربێژیت، دەبێت بەرامبەرەکەت بە بەردەوامی گوێت لێ بگرێتو مافی قسەکردنی نەبێتو تەنها گوێگر بێتو هیچی دی.. چونکە ئەمە بیرکردنەوەیەکی هەڵەیە. بۆیە دەبێت بە باشی گوێ لە بەرامبەرەکەت بگریتو نرخو بایەخ بە ڕاو بۆچوونەکانی بدەیتو بە هەند وەری بگریت.

١٥- لەسەرخۆو بە پێی توانا، بە پوختی بدوێ:

بە پێی تاقیکردنەوەکان، ئەوە دەرکەوتووە کە.. هەموو کەسێکی ئاسایی، لە خولەکێکدا توانای وتنی (١٢٠) وشەی هەیە.. بەڵام لە هەر خولەکێکدا، توانای گوێگرتنی (٤٨٠) وشەی هەیە. واتە: توانای گوێگرتن، لە هەمان کاتدا چوار ئەوەندەی قسەکردنە.. بۆیە ئەگەر ئەم ڕادەیە بگۆڕدرێت.. ئەوا دەبێتە هۆی بێزاریو بێتاقەتی گوێگرو نەمانی وردبوونەوەو قاڵبوونەوە لە وتەکانی وتاربێژ.

١٦- ئاگاداری بە کارهێنانی جووڵەو هێماکان بە:

بە کارهێنانی جووڵەو هێماکانی لەش، لە کاتی قسەکردنو وتارداندا.. یەکێکە لە ئامرازە گرنگەکانی تێگەیاندنی گوێگرو کەسی بەرامبەر، لەبەرئەوە هەوڵ بدە بە شێوازێکی ڕاستو دروست، هێماو ئاماژەکان دەرببڕیت.. تا کاریگەری ئەرێنی، لە کەسی بەرامبەردا جێ بهێڵێت.

١٧- وریای زمانت بە:

کاتێك بەرامبەر قسەت بۆ دەکات، بە وردی گوێی بۆ بگرەو تا تەواو نەبێت قسەی پێ مەبڕە.. بە ڕەزامەندییەوە قسەکانی وەربگرە.

ئەگەر لە وتەکانی تووڕە بوویت.. هەوڵبدە بەسەر خۆتدا زاڵ ببیت، تا کۆتایی بە وتەکانی دەهێنێت.. پاشان بێزاری ناڕازیبوونی خۆتی بۆ ڕوون بکەرەوەو بواری قسەکردنیشی پێ بدەرەوە.

١٨- لە کاتی قسەرکردندا وەڵامی گوێگر مەدەرەوە:

باشتر وایە، هەر تێبینیو گومانو شیکردنەوەیەکت لەسەر قسەی ئامادەبووان هەیە.. لای خۆت تۆماری بکەیتو هەڵی بگریت.. تا کەسی گوێگر قسەکانی لەسەر بابەتەکە تەواو دەکات.. بۆئەوەی هێمنی ئارامی باڵ بکێشێت بەسەر گفتوگۆکاندا.. بۆیە ڕێگەیان پێ بدە.. قسەی خۆیان بکەنو تۆش بە شێوازێکی جوان گوێیان لێ ڕابگرە.

١٩- هەوڵ بدە دەوروبەر کارت تێ نەکات:

پێویستە وەك وتاربێژێك لە بەرامبەر گوێگرانتدا، بە تەواوی کۆنترۆڵی دەروونو جووڵەو هەڵسوکەوتەکانت بکەیتو لە هەموو جۆرە شڵەژانو کارتێکەرێکی دەرەکی.. وەك دەنگە دەنگو ژاوەژاو.. دوور بکەویتەوە، چ پەیوەندی بە وتەکانتەوە هەبێت، یاخود بە هەڵسوکەوتتەوە.

٢٠- بەسەر کەسەکانو ڕووداوەکاندا، بڕیاری خێرا مەدە:

تا بە تەواوەتیو بە وردی لە کەسێتییەکان نەکۆڵیتەوە.. هەڵیان نەسەنگێنیت.. شارەزایان نەبیتو نەیانناسیت.. هیچ بڕیارێکی بە پەلەو خێرا، لەسەر خودی کەسەکەو ئەو بابەتەی لەسەر دەدوێت ، مەدە.. ئەمەش وات لێ دەکات، وێناکردنو بڕیارەکانت، سەبارەت بە کەسەکانو ڕووداوەکان، ڕاستو دروست بن.. لە ئەنجامیشدا ببیتە گوێگرێکی باشو سەرکەوتوو.

م. هاژە شێروانی

# باشترین زانکۆکانی جیهان

دامەزراوەی (الجمعیة العربیة للإدارة) لە پێگەکەی خۆی لە سەر تۆڕی ئینتەرنێت لە نۆڤەمبەری (٢٠٠٩)دا هەڵسا بە بڵاوکردنەوەی ڕیزبەندی زانکۆ عەرەبییەکانو زانکۆکانی وڵاتانی ڕۆژهەڵاتی ناوەڕاست کە بە گوێرەی پۆلێنی (QS)ی جیهانی لە بڵاوکراوەی تایمز بۆ فێرکاری باڵا بڵاوکرابووەوە بۆ زانکۆکانی جیهان.

بۆ ئاشنا بوونی خوێنەری بەڕێز ئەم جۆرە پێی دەوترێت پۆلێنی (QS)و بە یەکێك لە بەناوبانگترین پۆلێنکارەکانی جیهانی دادەنرێت بۆ زانکۆکان، کە پۆلێنەکانی تری بریتین لە پۆلێنی زانکۆی (جیاجونگ شەنگەهای)ی چینیو پۆلێنی ویبۆمەتریکس کە ئامانجی یەکەمیان بۆ دیاریکردنی زانکۆ ئاست بەرزەکانە کە لە ڕێگایەوە توانراوە لە ئەدای نیشتمانی بەرزبکرێتەوەو پەیامی کۆمەڵگاکەی بگەیەنێت بە بەرزترین ئاست! بە جۆرێك کە بتوانێت بچێتە ڕیزی بە ناوبانگترین زانکۆکانی جیهان، هەر ئەم پۆلێنەش ناوبانگییەکی باشی بۆ زانکۆکان دەستەبەرکردووە بەوەی کە وردترین پۆلێنە بۆ دامەزراوەکانی فێرکردنو توێژینەوەی زانستی کە بتوانرێت وەسفی بکرێت بەوەی کە زانکۆن لەسەر ئاستی جیهانی! ئەمەش لە ڕێگای پشت بەستنی بە پێوەرەکانی هەڵسەنگاندنی کە ژێرخانی هەیکەلی هەریەك لەم زانکۆیانە دەگرێتەوە، ئەوەی کە جیای دەکاتەوە لە پۆلێنەکانی تر ئەوەیە کە هیچ دەرخستەیەك، یا ئاماژەیەکی ڕووکاری ناخاتە بەردەست لە پێکهاتەی ناوخۆیی زانکۆکان، بەڵکو قووڵ دەبێتەوە بۆ شیکردنەوەی بنەماکانی زانکۆو بەرەو هەڵسەنگاندنی جۆری ئەو خوێندنەی کە زانکۆکان پێش کەشی دەکەن، کوالیتی ئەو توێژینەوە سەرەکیو پراکتیکیانەی کە پێش کەشی دەکەن، لە پاڵ وەسفکردنی توانای دەرچووەکانی لە قۆناغەکانی خوێندنی (جا چ بەرایی بن، یا خوێندنی باڵا؟!)، ئەمەو سەرەڕای ماڵپەرە نێودەوڵەتییەکەی کە دەبێت دیاربێتو پشکداری زانکۆ لە پێشکەشکردنی زانستی نوێو داهێنان لە بوارە جیاوازەکانو بەکارهێنانی زانستو تەکنەلۆژیای سەردەمو چەندان پێوەری تر، ئینجا هەڵدەستێت بە دانانی ئەم پێوەرانە لە شێوەی گۆڕاوێك کە بتوانرێت پێوانە بکرێت ئەمەش بە دانانی نمرەیەك وەکو ئەدەواتێکی سەرەکی بۆ پۆلێنکردنی زانکۆکان.

تا ئێرە ئاشنابوونێك بوو بەم پۆلێن کردنەو دەگەڕێینەوە سەر بابەتەکەی (جمعیة العربیة للادارة) کە بەم شێوەیە باس لەم پۆلێن کردنە دەکات، زانکۆی قاهیرە بۆ ساڵی چوارەمیو لەسەر یەك چووە نێو پۆلێن کاری ساڵانەی ئینگلیزی بۆ باشترین زانکۆ لەسەر ئاستی جیهان، بە جۆرێك کە لە ڕیزبەندی (٤٠٥)دا هات لە نێوان زانکۆکانی جیهان، لەو کاتەی کە چوار زانکۆی ئیسرائیل کەوتە نێوان باشترینی ٤٠٠ زانکۆ، بە جۆرێك کە زانکۆی عیبری لە ڕیزبەندی (١٠٢)و زانکۆی تەلئەبیب بە ژمارە (١١٤)و پەیمانگەی تشنولوج لە (١٣٢)و زانکۆی بن جوریون لە ٣٢٣ داهاتن لە سەر ئاستی جیهان، هەرچی زانکۆکانی (مەلیك سعودو مەلیك فەهد بۆ پیترۆڵو مین) بوون ئەوا بە ڕیزبەندی (٢٤٧و ٢٦٦) هاتن، لە هەمان کاتدا زانکۆی ئیماراتی عەرەبی یەکگرتوو ژمارەکەی (٣٧٤) بوو لەم پۆلێن کردنەو زانکۆی ئەمریکی لە بەیروتیش ٣٥١ بوو.

هەروەك ڕیزبەندی باشترین دە زانکۆ لە پۆلێن کردنەکە بەم شێوەیە بوو:

١- زانکۆی هارفارد لە وڵاتە یەکگرتووەکان.

٢- زانکۆی کامبریدج لە بەریتانیا.

٣- زانکۆی ییل لە وڵاتە یەکگرتووەکان.

٤- کۆلێژی لەندەنی زانکۆیی.

٥- زانکۆی لەندەن لە بەریتانیا.

٦- ئیمپریال کولیدج لەندەن لە بەریتانیا.

٧- زانکۆی ئۆکسفۆرد لە بەریتانیا.

٨- زانکۆی شیکاغۆ لە وڵاتە یەکگرتووەکان.

٩- زانکۆی برنیستۆن لە وڵاتە یەکگرتووەکان.

١٠- پەیمانگەی کالیفۆرنیا بۆ تەکنەلۆژیا لە وڵاتە یەکگرتووەکان.

هەرچی سەبارەت بەم پۆلێن کردنەشە (د. حسین خالد) جێگری سەرۆکی زانکۆی قاهیرە بۆ کاروباری خوێندنی باڵاو توێژینەوە، وتی: ئەمە چوارەم ساڵە لەسەر یەك زانکۆی قاهیرە دەچێتە ناو پۆلێنی ئینگلیزی کە بە دووەم پۆلێنی گەورە دادەنرێت لە سەر ئاستی جیهانی دوای پۆلێنی چینی، هەروەك ئاماژەشی کرد بەوەی کە ئەم ڕاپۆرتە ئینگلیزییە یەکەمجار دوو پۆلێنی هەیە یەکێکیان گشتیو ئەویتریان پسپۆری ورد، کە لێرەدا زانکۆی قاهیرە لە گشتییەکەی ڕیزبەندی (٤٠٥)ی هێناو لە پسپۆری وردیش بە تایبەتی لە سەنتەرە پێشکەوتووەکانو لە پسپۆرییەکانی مرۆڤایەتیو هونەرییەکان بە ڕیزبەندی (١٥٨) هات هەروەك بەرکەوتووی پسپۆری ئەندازیاریو حاسیباتو زانیاری لەم مەڵبەندە ١٩٣ بوو لە جیهانداو پزیشکیو زانستو زیندەوەرزانیش ژمارە (٢٠٨)ی هێنا لە سەر ئاستی زانکۆکانی جیهان.

ئەوەی لێرەش گرنگە کە ئاماژەی پێبکرێت ئەوەیە کە بۆچی لەسەرجەم زانکۆکانی عێراق بە گشتیو زانکۆکانی هەرێمەکەمان بە تایبەتی هیچ دەنگو ڕەنگێکیان نەبوو لەم پۆلێن کردنەدا؟؟؟ پرسیارێکەو جێگای هەڵوەستە لەسەر کردنە!!! بە تایبەتی کە ساڵانەو بە بێ ئەندازە ئەم زانکۆیانە لە سەرچاوەی مرۆییو ماددیو زانیاریو داراییو کاتو کۆشش بە ڕێدەکەن، بە بێ ئەوەی کە دەرەنجامێکی داهێنەرانەیان هەبووبێت؟؟ کەواتە حەق وانییە هەموو هەوڵەکان چڕ بکەینەوە و کۆشش بکەین لە پێناو گەیشتن بەم جۆرە پۆلێن کردنانە؟ بێگومان ئەوەش لە هەنگاوە وردو بچووکەکانەوە دەست پێدەکات وەك پەرەپێدان بە پرۆگرام گەلێکی وەك دڵنیایی جۆری فێرکردنو پرۆگرامی تواناسازی خوێندنی باڵاو بەرزکردنەوەی ئاستی توانستی زمانەوانیو ئای تیو ئەنجامدانی توێژینەوەی داهێنەرانەو گەلێك پرۆگرامی تر کە یەکەمجار خزمەت بە زانکۆو کۆمەڵگاو نەوەی ئێستاو داهاتووش دەکرێتو لە دوایشدا شانازیو سەروەرییەك بۆ هەرێمەکەمان تۆمار دەکرێت بە دووریشی نابینم بە پشت بەستنو پەرەپێدان بەو پێوەرانەی کە زانکۆکانی لەسەر هەڵدەسەنگێندرێت گەیشتنمان بەم ڕۆژە زۆر نزیك دەبێت.

# بەڕێوەبردنی خود

و/ خالد محەممەد

یەکەم ڕێگەی سەرکەوتن لە ژیاندا سەرکەوتنتە لە بەڕێوەبردنی خۆتدا، چۆنییەتی هەڵسوکەوتکردنت لەگەڵ خۆتدا بە شێوازێکی دروستو چاك، شکستهێنان لەگەڵ خود زۆرجار دەبێتە هۆی شکستهێنان لە ژیاندا، شکستهێنان لە ژیانیشدا نیشانەی شکستهێنانە لە دوارۆژیشدا (پەنا بەخوا).

کۆمەڵێك یاساو ڕێنمایی داڕێژراو هەیە ئەگەر مرۆڤ بتوانێت بیانکات بە کردەوە (بێگومان دەتوانێت)، ئەوا دەتوانین بڵێین ئەو کەسە توانیویەتی خۆی بەڕێوە ببات:

- سەرەتا چاکسازی بکە لە پەیوەندییەکانت لەگەڵا خودادا، پەنای پێبگرەو هانای بۆبەرە، چونکە پەناگرتنی مرۆڤ بە خودا، دەبێتە هۆی ئاسانکردنی کاروبارەکانی لە لایەن خوداوە.

- هزرت پڕ بکە لە گەشبینیو هەمیشە پێشبینی سەرکەوتن بکە، با مژدەی شادی زاڵبێت بەسەر بیرو هزرتدا.

- بەڵێن بە خۆت بدە کە چیدی ئامانجەکانت لە ژیاندا بەرامبەر هەر کارێك دەیکەیت ڕوونو ئاڕاستەکراو بن.

- نەخشە دابڕێژە بۆ بەڕێوەبردنی کاروبارەکانی ژیانت دووربکەوە لەو کارانەی بەبێ بیرکردنەوە بڕیار لەسەر جێبەجێکردنیان دەدەیت.

- دووربکەوە لە دەست بەتاڵیو کات بە فیڕۆدان چونکە کات ژیانە، هەمیشە خۆت بەکاری سوودمەندەوە سەرقاڵ بکە، ئەو پلانانەی کە داتڕشتون هەوڵبدە لەتیۆرییەوە بیانکەیت بە کرداری.

- بۆ ئاسانکردنی بەڕێوەبردنی کارەکانت هەوڵبدە ڕۆژانە بە نووسین ڕیزبەندیان بکەو پاشان جێبەجێیان بکە، وەکو بەڵێنەکانت، ڕێکخستنی ماڵ، چاککردنی ئۆتۆمبیل، کاری نووسینگە، سەردانەکانت... هتد.

- با دروشمت لە ژیاندا (خێراییو دەستپێشخەری) بێت، چونکە ژیان پێشبڕکێیە، ژیان زۆر کورتترە لەوەی کە تۆ چاوەڕوانی بیت، یان کارەکانتی تێدا دوا بخەیت لە هەمان کاتیشدا ژیان زۆر لەوە درێژترە کە تۆ بیر لە بە ئاکام نەگەیشتنی ئەنجامی کارەکانت بکەیتەوە.

- گەر هەستت کرد سیفەتێك، یان هەڵسوکەوتێکی خۆت ڕێگرە لە پێشکەوتنت لە ژیاندا وەکو: ( ترس، شەرم، ترس لە شکست، توانای خود بە کەم زانین، بیرکردنەوەی هەڵە... هتد) ئەوا بەزووترین کات چارەسەریان بکەو مەهێڵە چیدی زاڵبن بە سەرتدا.

- با چاوەکانت ئامێری گەڕان بن بە دوای ڕاستگۆییدا، دووربکەوە لە هەموو جۆرە درۆو ناپاکییەك، جیاوازیش بکە لە نێوان باشو خراپ لە کاروبارەکاندا.

- دووربکەوە لە گلەییو بۆڵەبۆڵی زۆر لە ئەنجامی کارەکانت، چونکە مەرج نییە ئەنجامی هەموو کارەکان بەو جۆرە بن کەتۆ دەتەوی، ئازابە لە جێبەجێکردنی کاروبارەکانو خۆڕاگربە لە بەرامبەر ئەنجامەکانیان.

- کەسایەتیت وەکو شووشەیەك لێمەکە ڕاستییەکانی زوو ئاشکرا بکرێن، چونکە ژیان لە پاڵ کەسە باشەکاندا کەسانی خۆپەرستو خۆهەڵقورتێنیشی تێدایە، دۆستو دوژمنەکانت بناسە.

- ئەوەش بزانە کە لە هەموو مرۆڤێکدا سیفاتی باشو خراپو توانای گۆڕاو هەیە، ئەو کەسە زۆر لێهاتووە کە بە سیفاتو خاڵە بەهێزو باشەکانی خۆی دەزانێتو کاریان پێدەکاتو پێیانەوە نانازێت.

# کۆترێك و دوو مێروولە

و: محەممەد مێرگەیی

دوو مێروولە، لە نزیك کێلگەیەك، پێکەوە دەژیان، ڕۆژێکیان وەك نەریتی ڕۆژانەی خۆیان، بۆ کۆکردنەوەی دەنکە گەنم لە کێلگەدا، دوو مێروولەکە چوونە دەرەوە، لە ڕێگادا، چاویان کەوت بە کۆترێکی زامدار، نەیدەتووانی بجوولێتەوە، ئەوەندە تینوو برسی بوو، خەریك بوو گیانی دەسپارد. مێروولەکانیش بەزەییان پێداهاتەوەو زۆر بۆی خەمبارو دڵتەنگ بوون.

مێرولە (لانە) بە مێرولە (لاڤە)ی خوشکی گوت:

- (لاڤە) دەبینیت ئەم کۆترە چەند بێهێزو بێ دەستەڵاتە، زۆر دڵم پێی دەسوتێت.

(لاڤە)ش گوتی:

- (لانە) خەمخواردن سودی پێ ناگەیەنێت، پێویستە هەر ئێستا پێش ئەوەی کار لە کار بترازێت، کارێك بکەینو یارمەتی بدەین.

(لانە)و (لاڤە) لە تەنیشت کۆترە زامدارەکە دانیشتنو پێکەوە بیریان لە ڕێگەچارەیەك دەکردەوە، تاکو بتوانن کۆترەکە لە مردن ڕزگار بکەن.

دوای چەند ساتێك (لانە) بە (لاڤە)ی خوشکی گوت:

- من لە کێلگەکەدا هەندێك دەنکە گەنمی بۆ کۆدەکەمەوەو تۆش لە ڕووبارەکەدا هەندێك ئاوی بۆ بهێنە.

(لاڤە) بیرۆکەکەی بەلاوە باش بوو، بەڵام بە (لانە)ی گوت:

- وەك دەزانی من پێشتر لە ژیانمدا هەرگیز ئاوم نەهێناوە، ئەگەر دەزانیت ڕێگەیەکم پیشان بدە.

بەرلەوەی (لانە) وەڵام بداتەوە، کۆترە زامدارەکە بە دەنگێکی نزم گوتی:

- (لاڤە) بۆ هێنانی ئاو، من ڕێگەیەکت نیشان دەدەم.

کۆترەکە بە دەنوکەکەی پەڕێکی بچوکی خۆی لە باڵێکی دەرکێشا و دایە (لاڤە)و پێی گوت:

- (لاڤە) ئەگەر ئەم پەڕەت خستە ناو ئاوی ڕووبار، پەڕەکە تەڕ دەبێتو ئاو بە خۆیەوە هەڵدەگرێت.

(لاڤە) بیرۆکەی کۆترەکەی بە دڵ بوو، بۆیە چەپڵەیەکی بۆ لێداو گوتی:

- بیرۆکەیەکی جوانە.. هەر ئێستا ئاوت بۆ دەهێنم، تا تینویەتیت بشکێنێت.

(لانە) بە خێرایی ڕووی کردە کێلگەکەو (لاڤە)ش ڕووی کردە ڕووبارەکە، بە هەردووکیان توانیان ئاوو خواردن بۆ کۆترە زامدارەکە بهێنن.

دوو مێروولەکە لەسەر ئەم کارە بەردەوام بوون، تاکو کۆترەکە بە تەواوی چاکبووەوو وای لێهات بتوانێت بجولێتەوەو پشت بە خۆی ببەستێت.

ڕۆژێکیان دەمەوبەیانی، کۆترەکە بە دوو مێروولە هاوڕێیەکەی گوت:

- کاتی ئەوە هاتووە بۆ ماڵو نیشتیمانی خۆم بگەڕێمەوە، ئێستا دەتوانم بفڕم، بە دابڕان لە ئێوە زۆر ئازارم پێدەگات، بەڵام بەم نزیکانە سەردانتان دەکەمەوە. هەرگیز لە بیر ناکەم ئێوە منتان لە مردن ڕزگارکردو لەگەڵمدا زۆر بە بەزەیی بوون.

ئیتر کۆترەکە زۆر بە گەرمی هەردوو مێرولەکەی لە باوەش گرتو بەجێیهێشتنو بەرەو ئاسۆ هەڵفڕی. لەو کاتەی کە کۆترەکە دوور دەکەوتەوە، (لانە)و (لاڤە) بە خەمبارییەوە چاویان تێ بڕیبوو، فرمێسکیان بۆی دەهاتەخوارەوە.

دوای تێپەڕبوونی چەند ڕۆژێکی کەمو لەو کاتەی کۆترەکە بە ئاسماندا دەسوڕایەوە، ئاگرێکی دیت کە لە کێلگەکەی تەنیشت ماڵی دوو مێروولەکەی هاوڕێی هەڵدەستا، بۆیە بە خێرایی ڕووی کردە ئەوێ بۆ یارمەتیدانیان، زۆری نەبرد گەیشتە لایان، دیتی وا هەر دووکیان لە ترسی ئاگرەکە دەگریین و داوای یارمەتی دەکەن، بەڵام کە کۆترەیان دیت دڵخۆش بوونو چیتر نەگریان.

کۆترەکە یەکسەر داوای لێکردن بچنە سەر پشتیو پێی گوتن: خێرا بن، سەرکەونە سەر پشتم تاکو لەم شوێنە دووریکەوینەوە.

ئیتر دوای ئەوەی مێروولەکان ڕازی بوون لەگەڵ ئەودا بڕێن، ئەوانی بردەوە بەرەو ماڵی خۆی.

لە ڕێگادا، (لانە) بە خۆشحاڵییەوە بە (لاڤە)ی گوت: (لاڤە) تەماشای زەوی بکە، لێرەوە زۆر جوانتر دیارە.

(لاڤە)ش بە (لانە)ی گوت:

- خوشکم ئێمە یەکەم مێروولەین، بچینە ئاسمانو چاکەی ئەمەش بۆ کۆتری هاوڕێمان دەگەڕێتەوە.

کۆترەکەش کە گوێی لە گفتوگۆیەکەیان بوو، گوتی:

- کەوابوو هەر کاتێك بە ئاسماندا سوڕامەوە لەگەڵ خۆمدا دەتانبەم.

کاتێك کۆترەکە هەردوو میوانەکەی گەیاندە شوێنەکەی خۆی، (لانە)و (لاڤە) دیتیان گشت کۆترەکان هاتوونەتە پێشوازییانو ئاهەنگێکی پێشوازیی جوانیان بۆ سازکردن، کە هەرگیز مێرولەکان هاو وێنەی ئەمەیان نەدیتبوو. ئیدی لەمەولا ژیانی خۆیان بە هێمنیو ئاشتی لەگەڵ کۆترەکان بردەسەر.

سەرچاوە/ گۆڤاری (العربی الصغیر) ژمارە (١٨٥).

# کەڵەشێرێکی ئازا

محەممەد

کەڵەشێرێك لەگەڵ جووجەجەڵەو دایکی جووجەڵەکان چوونە دەرەوە بۆ گەڕان بە دوای خۆراکدا، جووجەڵەکان بە گەشتەکەیانو بە هاوڕێیەتی کەڵەشێری ئازا زۆر دڵخۆش بوون، کەڵەشێرەکە سەرەڕای ئازایەتی زۆر جوانو سەرنجڕاکێش بوو، گیانداران کەڵەشێریان زۆر خۆشدەویست، چونکە سەرەڕای ئەوەی گیاندارێکی ئازا بوو، زۆر سەلامەت بوو، حەزی بە ئازاردانی هیچ گیاندارێك نەدەکرد، لە هەمان کاتدا بە توانا بوو لە بەرگریکردنی جووجەڵەکانیاندا، ڕێگەی نەدەدا هیچ گیاندارێك ئازار بە جووجەڵەکان بگەیەنێت.

ئەو ڕۆژە گورگی چاوتیژ، چاودێری کەڵەشێرو جووجەڵەکانی دەکرد، چاوەڕێی هەلێکی دەکرد تا جووجەڵەیەك بفڕێنێتو بیکاتە قاوەڵتی ئەو ژەمەی!

بەلام گورگەکە لە کەڵەشێرەکە دەترسا، بۆیە نەیدەتوانی پەلاماری جووجەڵەکان بدات، تەنها کاتێك نەبێت کە کەڵەشێرەکە بێ ئاگا بێت لە جووجەڵەکانی، یان جووجەڵەکان لە کەڵەشێرەکە دوور بکەونەوە...

کەڵەشێر بۆ وەبیرهێنانەوەی جووجەڵەکان پێی وتن: ڕۆڵەکانم... لە من دوورنەکەونەوە، تا دووچاری مەترسی نەبن..

یەك لە جووجەڵەکان کە ناوی فوفو بوو، گوێی لە قسەی باوکی نەبوو، بۆیە دوورکەوتەوەو کەڵەشێرەکە ئاگای لێ نەما، گورگی چاوتیژ ئەم هەلەی قۆزتەوە، پەلاماری جووجەڵەکەیدا، تا بیکاتە پاروویەك، کەڵەشێرەکە هەستیکرد کە یەك لە جووجەڵەکانی لە مەترسیدایە، دەستی کرد بە گەڕان بە دوایدا بینی لەبەردەستی گورگەکەدایە، کەڵەشێرەکە هیچ قسەی نەکرد، دەستبەجێ بە دەنووکو چنگی تیژی هێرشی کردە سەر گورگەکە، گورکە ترساو ڕایکرد...

فوفو گەڕایەوە بۆ ناو خوشكو براکانیو شانازی بە باوکی ئازایەوە دەکرد...

کەڵەشێرەکەش ئاگاداری کردەوە کە جارێکی تر دوور نەکەوێتەوە...

فوفو هەستی بە شەرمەزرای کرد کە پێشتر گوێی لە ئامۆژگارییەکانی باوکی نەبووە، بەڵێنی دا کە هەموو کات گوێ بۆ قسەی باوکی بگرێتو گوێڕایەڵی ئامۆژگارییەکانی بێت.

گورکەش زانی جووجەڵەکان پەیمانیان بە باوکیان داوە کە لێ دوورنەکەونەوە، بڕیاریدا جارێکی تر هێرش نەکاتە سەر جووجەڵەکان، چونکە لەمەودوا جووجەڵەکان لە باوکیان دوورناکەونەوە، چاوەڕوانی گورگ بۆ وەها هەلێك بێ ئاکامە!

لەو ڕۆژە بە دواوە جووجەڵەکان کاتێك دەچوونە دەرەوە لە یەکتری دوور نەدەکەوتنەوە، گورگەکەش زانی یەکریزیو پێکەوەبوونی جووجەڵەکان، ڕێگە نادات هێرش بکاتە سەریان، هەر بۆیە بڕیاریدا ئەو دارستانە جێبهێڵێتو بگەڕێت بە دوای جووجەڵەی نوێدا، بۆ لای ئەوانەی کە گوێ بۆ ئامۆژگارییەکانی دایكو باوکیان ناگرن...

ئازیزانم... بە جوانی لەم چیرۆکە وردببنەوە، هەر بۆیە تۆش لەمڕۆ بەدواوە وەکو فوفو بەڵێن بدە، کە هیچ کات لە ئامۆژگارییەکانی دایكو باوکت بێ ئاگا نەبیت، چونکە ئەوان نزیکترینو خۆشەویسترین کەسانی تۆن، تۆیان لە خۆیان زیاتر خۆش دەوێت، کاتێك ڕێگە لە چوونە دەرەوەت دەگرن، ڕقیان لە تۆ نییە، بەڵکو ئەوە ئەوپەڕی نیشانەی خۆشەویستیو دڵسۆزی ئەوانە بۆ تۆ، چونکە ئەوان ترسی ئەوەیان هەیە تۆ لە دەرەوە دووچاری زیان بیت، بە تایبەت کاتێك دەچنە سەیرانو گەشتو گوزار، زۆر پێویستە لەم کاتانەدا لە باوكو دایکتان دوور نەکەونەوە، بەبێ پرسی ئەوان نەڕۆن بۆ مەلەکردن، یا هەر وەرزشێکی دیکە، هەر کات حەزت لە شوێنێکی دوور لە ماڵی خۆتان بوو سەردانی بکەیت، پێویستە بە هاوڕێیەتی ئەوان بڕۆیت، ئەمەش زیاتر سەلامەتیتان دەپارێزێت، لە کۆتاییدا دەڵێین: هۆی بەختەوەریو ئاسوودەیی هەموو خێزانێك گوێڕایەڵی فەرمانەکانی دایكو باوکە.

# دیوان

وەهاب حەسیب محەممەد

دیوان وشەیەکی فارسییە، واتای تیانوس، یاخود دەفتەری تۆمار دەگەیەنێت، دیوان لە لایەنی خوازراوەوە (مجاز) بەو شوێنە گوتراوە کە دەفتەری تۆماری تیادا هەلگیراوە، (ئیببن خەلدون) لە موقەددیمەدا دەڵێت: یەکەم جار ئەم وشەیە لە زاری کیسرای پاشاوە بیسترا، ڕۆژێك تەماشای کرد کارمەندانی دیوان لە گژفکران ڕاچونو لەگەڵ خۆیاندا لە وتووێژدان ئەویش ئەم حاڵەی بینی گوتی: ئەمانە دێوانەن پاشتر وشەکە لە زماندا سواو بوو بە دیوان بەو شێوەیە درێژەی پێدرا لەگەڵ ڕۆژگاردا.

ماوەردی دەڵێت: دیوان ئەو شوێنەیە ئەو سیپارانەی تیا ئەسپاردە دەکرێت کە مافی دەسەڵات لە دراو، یان ئەو تاقەتانی سوپاو کرێکاران خەرجی دەکەن.

مێژووی فەرمانڕەوای ئاینی ئیسلام کۆمەڵێك دیوانی تیا بینراوە کە ڕۆڵی وەزارەتی ئەمڕۆیان پیادەکردووە دیارترینیان:

١- دیوانی (بیت المال): کاری بنەڕەتی ئەم دیوانە بریتییە لە پشکنینو ژماردنی داهاتی دەوڵەتو چۆنییەتی خەرجکردنی بەشێوەی جۆراو جۆر، داهات بە هۆی ئەوکەسانەوەکۆدەکرایەوە کە بەرپرسی ئەم کارە بوون لە ڕێگەی کۆکردنەوەی (خەراج وضیاع (الإقطاع) ئەم داهاتەش بەراورد دەکرا لە نێوانی ئەوەی بە دەستهاتووەو ئەوەی دەبوو بە دەست بهێنرایە لە پارە لە ولایەتە جۆراوجۆرەکان، هەروەها خەرجکردنیش بەو شێوەیە دەبوو کە لە دیوان بڕیاری لەسەر دەدراو بڕی دەستنیشان دەکرا پاشان بەرز دەکرایەوە بۆ (بیت المال)و لە وێندەر بەراورد دەکرا بەو بڕەی لە (بیت المال)دا هەیە، ئەوەش وەکو وەزارەتی دارایی ئەم ڕۆژگارە وابووە، لێپرسراوەکەش ڕۆڵی وەزیری دارایی بینیوە پێیان گوتووە (صاحب بیت المال) گرنگترین سەرچاوەکانی (بیت المال) بریتین لە خەراج: واتە: موڵکانەی زەوی، زەکات، ئەو دەستکەوتانەی لە جەنگدا بە دەستدەهێنرا.

(عشور) واتە: لە دەبەش بەشێك ئەمەش لە بری کرێ، لەو کەسانە وەردەگیرا کە ئەو پارچە زەویانەی بە کاریان دەهێنا موڵکی خۆیان نەبوو، (جزیە) ئەو بڕە پارەیە بوو کە ناموسڵمانەکان دەیاندا بە دەوڵەت لە پێناو پاراستنی سەروماڵیان.

دیوانی خەراج: واتە باجی زەوی، ئەوانەی لەسەر مێژوی ئابوری ئیسلام قسەیان کردووە پێیان وایە خەراج کرنگییەکی زۆری هەیە، هەندێك گرنگیەکەی دەگەڕێننەوە بۆ ئەو بڕو شێوازەی پێی کۆکراوەتەوە کە مایەی زۆرێك شۆڕشو یاخیبوون بووە لە مێژوی ئیسلامدا، هەندێك دەیگەڕێننەوە بۆ دۆخی کشتوکاڵی لەو ساتەوەختەدا لە ڕووی گەشەکردنو داڕووخانی بارودۆخی کشتوکاڵییەوە. هەندێکی دیکە دەڵێن: بناغەیەك بووە دەوڵەتی لەسەر ڕاگیراوەو بەڕێوەبردنی دارایی جەختی لەسەر کردووەتەوە. هەندێك لە لێکۆڵەران دەڵێن: خەراج لە ڕژێمی ئیسلامیدا درێژکراوەی سستەمەکانی پێش ئیسلامە، وەك ڕژێمی بیزەنتی لە شامو مصرو ڕژێمی ساسانییەکان لە عێراقو ڕۆژهەڵات. باجی خەراج مەبەست لێی کۆکردنەوەی ئەو داهاتە جۆراو جۆرانەیە کە پەیوەستن بە زەوییەوەو ڕێکخستنیان لە دەفتەری تۆماری تایبەتداو دابەشکردنیان لە خەرجییە جیاوازەکاندا.

دیوانی (الإقطاع): بەو پارچە زەوییە دەگوترێت کە جێنشینان (الخلفاء) داویانە بە دۆستو لایەنگرانی خۆیان تا بەکاریبهێننو لێی سوودمەندبن بەرامبەر بەوە بڕێك پارە بدەن بە خەزێنەی دەوڵەت، ئەم جۆرە لە باج کاتێك سەری هەڵدا جێنشینان لە بەخشینی ئەم جۆرە زەویانە دەستکراوە بوون بەرامبەر دۆستو لایەنگرانی خۆیان. لە چاخی (هارونە رشید)دا وەك دیوانێکی سەربەخۆ کاریکردووە خاوەنێکی تایبەت بە خۆی بووە، بە هۆی نزیکی لە دیوانی خەراجەوە

زۆر جــار لــە مەڵبەندەكانــدا یەك كەس بەم كارە هەســتاوە، یان لە هەر ولایەتێك یەكێك كارەكەی پیادەكردووە.

دیوانی نامەكان: ئــەم دیوانە ناو زەد دەكرا بە دیوانی داڕشتن، یان كتێبخانەكان، بــە یەكێك لە دیوانە گرنگەكانی دەوڵەتی ئیســلام دێتــە ئەژمــارو تایبــەت بووە، نووســینو داڕشــتنی نامــەو واژۆكردنــی شــیكایەتو تەماشاكردنی ئەو نوسراوانەی هاتوون لە جێگا جیاجیاكانی دەوڵەتەوەو وەڵامدانەوەیان.

دیوانــی كارگێــری: ئــەم دیوانــە لە زەمانــی دەوڵەتی عەباســیدا داهات، وەك دەســتگایەك بــۆ چاودێریكردنــی دیوانە بنەڕەتییەكانــی كــە بــۆ هــەر دیوانێك كارگێرێــك بەشــێوەیەك چــاوی لەســەر دیوانەكانی تــرەوە بوو، دواتر ئەم دیوانە داهات تا بەشــێوەیەكی گشــتی چاودێری دیوانەكان بكات.

ســەرەڕای ئەوانەی باسكران چەندین دیوانی تریش هەبون لەوانە: دیوانی سوپا تایبــەت بوو بە نووســینی نــاوو ژمارەی ســەربازانو پلــەداران، بــڕی خۆراكیــان، سەرپەرشتیارانیان... هتد.

دیوانی پۆســتەو دیوانی خەرجییەكان ئەمەیــان تایبــەت بوو بــە بەڕێوەبردنو ڕێكخســتنی هەمــوو خەرجییەكانــی دەوڵەت. ســەرەڕای چەندین دیوانی تر كە هەندێكیــان كاتی بوون لەگەڵ دیوانەكانی تــردا لێكــدەدران، یاخــود بــە یەكجاری هەڵدەوەشانەوە.

لــە ڕۆژگاری ئەمــڕۆدا وشــەی دیوان واتــای جۆراو جــۆر دەگرێتەخــۆ، كاتێك دەوترێــت: (دیوانی محاســبە) مەبەســت ئــەو دەزگایەیە كە چاودێــری خەرجییە داراییەكانی دەوڵــەتو دەزگا جیاوازەكانی دەكات. (دیوانــی چاودێــری داراییــی) ئــەو دەزگا كارگێڕییەیــە كــە چاودێری چالاكییەكانــی دەوڵــەت دەكات لە لایەنی كارگێڕییەوە. دیوانی موچە خۆران ( دیوان الموظفیــن، یــان دیــوان خدمەالمدنیە).. هتد. هەروەها وشــەی (دیــوان) بەرامبەر بەو كارانە دەگوترێت كە شــێوەی رازگری نهێنی (أمین ســر)ە هاوشــێوەی سكرتێرە لــە هەر وەزارەتێك، یــا كارێكی حكومیدا بێت بۆ برەوپێدانی دەگوترێت (ســەرۆكی دیوان)، هاوكات لە بواری ڕامیاریدا وشــەی دیــوان ئاماژەیە بە شــوێنی كۆكردنەوەو بەڕێوەبردنی دەستەی سیاسی وەك دیوانی پاشــایەتی كە جێــگای گردبوونەوەی ئەو فەرمانبەرانەیە كە كارو باری كۆشكی میرو بەڕێوەبردنی كۆشكیان لە ئەستۆدایە.

# كوتاڵفرۆش

و/ ئەسكەندەر ڕەحیم

**به چاكی كار بكە.. تا بڵێسەی بچووكی ئاگــری ئاســمانی.. كە نــاوی ویژدانە، لە سینەتدا بە داگیرساوی بمێنێتەوە. (جۆرج واشنتۆن)**

كوتاڵفرۆشــێكی دەڵێــت: من بە باڵای تایبەتمەندییەكانــی ئــەو كوتاڵانــەی دەمفرۆشــتن، هەڵــدەدا.. بــە جۆرێــك گەیشتبووە ئاستی دەستبڕینو فریودان. لە دووكانەكەمدا هەر جــارەو دەچوومە لای تۆپە كوتاڵێك.. كە هەر هیچم لە بارەیەوە نەدەزانی.. لە باشی جۆرەكەی، كڕیارەكەم دڵنیــا دەكــردەوە.. هەرچی زمانلووســی خۆمە، بۆ لە/لە خشــتەبردنی كڕیارەكەم، دەخســتە كار. بەم شــێوازە بڕێكی باشــم پێ دەفرۆشــت.. بەڵام ســەرنجمدا: ئەوەی دراوسێ پیرەكەم دەیفرۆشێت، زۆر لەوەی مــن زۆرتــرەو قازانجیش لە مــن زۆرتر دەكات. لەبەرئــەوە ســەبارەت بــە ڕازو نهێنی ئەم كارە، پرســیارم لێكرد. ئەویش نهێنێنییەكەی بەم چەشنە بۆ دركاندم:

ئەوەی من دەیڵێم.. خەڵكی باوەڕم پێ دەكەن.

پرســیم: واتە بــاوەڕ بە قســەی من ناكەن؟

ئەوجــا گوتــی: ڕۆڵەگیــان هەمیشــە لە بیــرت بێت.. چاو ئاوێنــەی دەروونە.. بۆیــە هەرچییەك لە زارت بێتە دەر، ئەوا ڕاستییەكەی لە چاوەكانتدا دەردەخات.

ئــەم وتەیــەی دراوســێ دوكانەكــەم لە ناخــەوە هەژاندمــی.. لــە ژیانمدا بۆ یەكەمجــار ئــەوەی خســتە دڵمــەوە.. كە ئەمانەت شــتێكە، لــە وازهێنان لە دزێتی زۆر گرنگترە.. بەڵكو ئەو نموونە باڵایەیە، كــە مامۆســتاو دایــەو بابە لــە بارەیەوە دەدوێنو بەشێكیشــە لە ژیانی ڕۆژانەمان. لەو ڕۆژە بە دواوە، ڕێگەی ئەو دراوسێیەم گرتەبەرو شێوازەكەیم خستە گەڕ.. ئیدی بە جۆرێك فرۆشــم زیادی كرد، كە باوەڕ پێكردنی ئەستەمە.

ڕۆژێكیان ئافرەتێــك هاتە لامو داوای چەند چەشنێكی بە نرخی كرد.. بێئەوەی بیــر بكاتەوەو گــوێ بە نرخیــان بدات.. لەوەی قازانجێكی زۆر بە دەســت دەهێنم دڵنیا بووم.. بەڵام ڕەگــی ئەمانەتپارێزی، بــە تەواوەتی لە دڵمدا ڕەگــی داكوتابوو.. بەڵــێ ئــەو ئەمانەتپارێزییەی دراوســێ دوكانەكەم فێــری كردبــووم.. لەبەرئەوە ئامــۆژگاری كڕیارەكەم كــرد.. كوتاڵەكانی دیكە فەرامۆش نەكاتو لەوەی بۆی هاتووە، چاك بیر بكاتەوە، چونكە نرخیان گرانە.. هەروەها پێم گوت: ســبەی وەرەوە.. تا بۆ بیركردنــەوە لە پێداویســتییەكانی، كاتی زۆرترت لە بەردەمدا بێت.

ڕۆژی دواتــر كڕیارەكــە هاتەوە.. چی ویســت، كــڕی.. نرخەكەیشــی دا. ڕۆژی دواتریــش هاوســەرەكەی هــاتو كارێكی دیكــەی جگە لــە كوتاڵفرۆشــی خســتە بەردەمــم.. منیش داوای كرێیەكم لێكرد.. ئەویــش گوتی: چــوار ئەوەنــدەی ئەوەی داوات كــردووە، پێت دەدەم. پێشــی گوتم: من بازرگانی ئەڵماسم.

ئەو دەم پێــم گوت: من هیچ لەبارەی ئەڵماسەوە نازانمو سەری لێ دەرناكەم.

لــە وەڵامــدا گوتی: مــادەم تۆ فێری یەكەم بنچینەی فرۆشــتن كــە ئەمانەتە بوویت.. ئەوە زۆر گرنگ نییە.

بەم شێوازە دەستم كرد بە پەیداكردنی كڕیارو پلە لە دوای پلە، بەرز دەبوومەوە.. پاشــان كارێكم لــە كۆمپانیایەكی گەورەدا دەســتكەوت.. دواتریــش بەرزكرامەوە بۆ پلەی یاریدەدەری بەڕێوەبەری فرۆشیاری.. لە پاشدا بەڕێوەبەری گشتی.

* سەركەوتن بە بڕی ئەو پارەو پووڵەی بەدەستی دەهێنیت، ناخەملێنرێت.. بەڵكو بــەو پاكــیو ئەمانەتپارێزییەیە كە پارەو سامانی پێ بە دەست دەهێنیت.

* بۆئــەوەی خزمەتگوزارییەكــی ڕاســتەقینە پێشــكەش بكەیت.. پێویستە شــتێك ئەنجــام بدەیت.. بە پــارەو پووڵ پێوانــە نەكرێتو نەشــكڕدرێت.. ئەویش پاكیو دڵسۆزییە.

* هەوڵــی ئــەوە مــەدە كەســێكی سەركەوتوو بیت.. بەڵكو هەوڵبدە كەسێكی خــاوەن پەیــامو بنەما بیــت.. چونكە كە خــاوەن پەیــام بوویــت.. ســەركەوتووش دەبیت.

**ســەركەوتن، بە زۆری یاوەری ئەوانە دەبێت، كــە بوێرانە كار دەكەن.. زۆر بە دەگمەنیــش دەبێتە یاوەری ئەو دڕدۆنگو دوودڵانــەی لــە هەڵوێســتو ئەنجامەكان دەترسنو دەسڵەمێنەوە.**

ســەرچاوە/ فنــون النجــاح: الهــادی المدرسی

- بەڕێوەبردنی پەیوەندی لەگەڵ کڕیارەکان، ڕێگە چارەیەکە لە ئاستی ڕێکخراو بۆ باشترکردنی سوودمەندیو قازانجو ڕەزامەندی کڕیارەکان بەرامبەر  بە ڕێکخراو بە پێی گروپە جیاوازەکانی کڕیارەکانو لەگەڵ وەرگرتنی ڕەزامەندیو پتەوکردنی پەیوەندی نێوان کردارەکانی کڕیارانو دابینکاران. سەرمایەگوزاری لە بواری بەڕێوەبردنی پەیوەندی لەگەڵ کڕیارەکان دەبێتە هۆی تێگەیشتنی زیاترو هەڵسوکەوتکردنی شیاوتر لە ڕێگای کەناڵە جیاوازەکان.

- بەڕێوەبردنی پەیوەندی لەگەڵ کڕیارەکان، ڕێگە چارەیەکی کارکردنە بۆ بەڕێوەبردنی دوو لایەنە لەگەڵ کڕیارەکان بە مەبەستی پتەوکردنی بەهاو نرخەکانو بەدەستهێنانی ڕەزامەندی درێژخایەنی کڕیارەکان.

- بەڕێوەبردنی پەیوەندی لەگەڵ کڕیارەکان، میتۆدێکی دۆزینەوەی کڕیارەکانە بۆ ڕێکخراو کە بە شێوەیەکی سەرەکی پشت بە زانیاری کڕیاران دەبەستێت بۆ دۆزینەوەی ڕێگایەکی پێشنیارکراو کە کاردەکات بە شێوەیەکی یەکسان لە تەواوی کەناڵەکانی پەیوەندی لەگەڵ کڕیارەکان بە ئامانجی زیاترکردنی بەها لە ڕێگای فێرکردنی بەردەوام بە هۆی خستنەڕووی ئەزمونێکی هاوسەنگو جیاواز بە کڕیارەکان. بە هۆی بەڕێوەبردنی پەیوەندی لەگەڵ کڕیار دەتوانرێت نیازو پێداویستییەکانیان بناسرێتەوە پێش ئەوەی کە ڕوون بکرێتەوە.

- لڤاین (Levine)دەڵێت: بەڕێوەبردنی پەیوەندی لەگەڵ کڕیارەکان بریتییە لە سوود وەرگرتن لە زانیاریو زانستی کڕیارەکان بە مەبەستی پێدانی شتومەكو خزمەتگوزاری بە ئەوان.

- بەڕێوەبردنی پەیوەندی لەگەڵ کڕیارەکان فەلسەفەو ڕێسای بەڕێوەبردنە کە جەخت لەسەر کڕیارەکانی تەواوی نووسینگەکانی ڕێکخراو دەکات لەهەر شوێنێك، کەواتە ئەو هەنگاوە بە شێوەیەکی بەرچاو لەگەڵ هەنگاوەکانی تری بازاڕسازیو ڕێگە کۆنەکانی پێشوو جیاوازە. ئەو بابەتە هەرەمو فەرهەنگو فەلسەفەی دۆزینەوەی کڕیارەکان بۆ ڕێکخراو ڕوون دەکاتەوە کە ئەم چەمکە چوار بەشی ڕێگە چارەکان، کردارەکان، تاکەکانو تەکنەلۆژیا لە خۆ دەگرێت.

لە چوارچێوەی تەکنەلوژیای زانیاریو پەیوەندییەکان، بەڕێوەبردنی پەیوەندی لەگەڵ کڕیارەکان بە واتای بەدەستهێنانو کارکردنی بێ سنوور دێت لە تەکنەلۆژیا کە پێکەوە کار بکەن هەروەك کۆگای داتاکان، بنکەکانی پێدانی زانیاری، ئینتەرنێت، سیستەمەکانی پشتگیری تەلەفۆنی، فرۆشتن، بازاڕسازیو بەرهەمهێنان. بەکارهێنانی ئەو سیستەمە دەبێتە هۆی وەڵامدانەوە بە کڕیارەکانو پێشبینی کردنی داواکارییەکانیان کە لە بۆشایی ئەلیکترۆنیو دونیای خەیاڵی دەبێتە هۆی دروستبوونی پەیوەندییەکی پتەو لەگەڵ کڕیارەکان.

گرنگی بەڕێوەبردنی پەیوەندی لەگەڵ کڕیارەکان:

لە دونیای ڕکابەری ئەمڕۆ، هیچ ڕێکخراوێك ناتوانێت بە هۆی بەهێزبوون لە کردارەکانو بەدیهێنانی بەرهەمی نوێ، پێش ڕێکخراوەکانی تر بکەوێت. بەڵکو دەبێت بە شێوەیەکی وردو قوڵ هەست بە پێداویستیو نیازەکانی کڕیارەکانی خۆی بکات. گرنگترین بەربەستیش کە ئێستا لە دونیای ڕکابەرایەتی بازرگانی هەیە بۆ ڕاکێشانی کڕیارو پاراستنیان دەگەڕێتەوە، بۆ لابردن و چارەسەرکردنی ئەو بەربەستە بە شێوەیەکی سەرکەوتووانە لە ڕۆلی بەڕێوەبردنی پەیوەندی لەگەڵ کڕیارەکان زیاتر ڕەنگ دەداتەوە و پێویستی و گرنگی دامەزراندن و دانانی ئەو سیستەمەمان لە ناو ڕێکخراو زیاتر بۆ دەردەکەوێت چونکە تەواوی ڕێکخراوەکان هەوڵ دەدەن وەفاداری کڕیارەکان مسۆگەر بکەن.

**کڕیار:**

بۆ گەیشتن بە سەرکردایەتییەکی سەرکەوتوو، گرنگیدان بە کڕیار بنچینەیەکی سەرەکییە لەم پیشەیەو ناسینەوەی داواکاریو پێداویستییەکان لەم قۆناغە زۆر هەستیار دەبێت، لە بەڕێوەبردنی پەیوەندی لەگەڵ کڕیارەکان تەواوی بیرۆکەی ڕێکخراو لە کڕیار کورت دەکرێتەوە. ڕێکخراو بەو باوەڕەیە کە کڕیار پاشاو بەڕێوەبەرە، کەواتە پاراستنو بەدەستهێنانو ڕاکێشانی کڕیاری نوێ بە هۆکاری سەرەکی مانەوەی ڕێکخراوەکان دادەنرێت پاراستنی کڕیارەکان ڕۆڵی یەکجار گرنگی هەیە لە سوودمەندی ڕێکخراو بەو واتایە کە پاراستنی پەیوەندی ئێستا لەگەڵ کڕیارەکان زۆر گرنگترە لە دروستکردنی پەیوەندی نوێ لەگەڵ کڕیارە نوێیەکان، لە بازاڕی ڕکابەری زیاتر گرنگی بە پارێزگاریکردن لە کڕیارەکانو بە دەستهێنانی وەفادارییان دەدرێت نەوەك ڕاکێشانی کڕیاری نوێ.

زۆربەی پسپۆڕانی بواری بەڕێوەبردنی پەیوەندیدار بە کڕیار لە سێ گرووپ دەستنیشان دەکەن:

١- گرووپی باشترین: ئەو گروپە، ئەو کڕیارانە لە خۆ دەگرێت کە وەفاداریو سوودمەندییەکی یەکجار زۆریان هەیە بۆ ڕێکخراو. سیستەمەکانی پەیوەندی لەگەڵ کڕیارەکان بۆ پاراستنو خستنەڕووی خزمەتگوزارییەکی بەهێز بەو گروپە تەواوی پێداویستییەکان دابین دەکەنو ڕوخسەتی ئەوەی نادەن کە کڕیار بەرەو ڕێکخراوەکانی تر بڕوات.

٢- گرووپی ناوەند: ئەو گروپەن کە سوودمەندی باشیان هەیە بۆ ڕێکخراو، لەگەڵ ئەوەشدا توانای گەشەکردنیان هەیە لە داهاتوویەکی نزیکو دەتوانن وەفاداری خۆیان پیشان بدەن. ئەو گروپە ئەو کڕیارانەن کە لەوانەیە هەندێ لە پێداویستییەکانی خۆیان لە ڕێگای ڕێکخراوەکانی تر دابین بکەن. ئەوەی لێرەدا گرنگە ئەوەیە کە ڕێکخراو دەبێ بە سوود وەرگرتن لە سیستەمەکانی بەڕێوەبردنی پەیوەندی لەگەڵ کڕیارەکان سەرنجو گرنگی تایبەت بەوان بدات، چونکە بە باشترین سەرچاوە دادەنرێن بۆ گەشەکردنی بەردەوامو بەدەستهێنانی قازانجی زیاتر.

٣- گرووپی ئاست نزمەکان: ئەو کڕیارانەن کە تەنها بە شێوەیەکی کاتی قازانج بۆ ڕێکخراو دەستەبەر دەکەن. هەندێکیان لەوانەیە توانای گەشەکردنیان هەبێت، بەڵام خەرجیو چالاکییە پێویستەکانی بە مەبەستی گرنگیدان بەو گروپە دەبێتە بەربەستێك بۆ خستنەڕوو و پێشکەشکردنی خزمەتگوزاری بە کڕیارو گرووپەکانی تر. سیستەمەکانی بەڕێوەبردنی پەیوەندی لەگەڵ کڕیارەکان یارمەتی ڕێکخراو دەدات بۆ ناسینەوەی ئەو گروپانە.

دەستەبەرکردنو گەشەسەندنی کڕیارەکان:

لێرەدا دەستەبەرکردنو گەشەسەندنی کڕیارەکان، جەخت لەسەر دەستەبەرکردنی شێوازە نوێیەکان دەکاتەوە بۆ ناسینەوەی بەهای کڕیارەکانو پێشکەشکردنی ئەزموونو توانای کڕیارە ڕاستەقینەکان. کە بەکارهێنانی ئەم سیستەمە یارمەتی ڕێکخراو دەدات بۆ سەرکردایەتیکردنی کڕیارەکانی بۆئەوەی بتوانن سێ بەشی ڕابەرایەتی پەیوەندیکردن بەدەست بهێنن وەك:

یەکەم، زانستێك بەدەست دێت کە زۆرجار بۆ ڕکابەرانو ڕێکخراوەکانی تر ئاڵۆزو پێشبینی نەکراوەو لە هەمان کاتدا یارمەتی ڕێکخراو دەدات بۆ خۆئامادەکردن بەرامبەر بە هەر هەڕەشەو داهێنانێکی نوێ کە لە لایەن ڕکابەرانی تر ئاڕاستەی دەکرێت. هەرچەند هەوڵی زیاتر بدرێت بۆ دۆزینەوەی کڕیارەکان، ڕکابەران دەبێت کاتێکی زیاتر خەرج بکەن، تاوەکو لە پلانەکانی ڕێکخراو تێبگەنو بە ئەگەرێکی زۆر ڕێکخراو کاتێکی درێژخایەن وەك براوە لە بازاڕ دەمێنێتەوە.

دووەم، بەشداریکردنی ئەو فەرمانبەرانە کە نزیکن لە کڕیارەکان زیاتر دەبێت، بەجێهێشتنی شوێنی کارکردن کەم دەبێتو ڕێکخراو کڕیارێکی کەمتر لە دەستە خۆی دەدات.

سێیەم، پرۆسە فێربوونێکی قووڵ سەبارەت بە نیازو پێداویستییەکانی کڕیارەکانو دابینکردنی ئەو پێداویستییانە، لەگەڵ جۆرێك بەدی هێنان کە گەشەکردن دەگەیەنێتە ڕادەیەکی دیاریکراو.

ڕێگەچارەیەکی سەرکەوتووانە لە دەستەبەرکردنو گەشەسەندنی کڕیارەکان، بۆ ڕێگەچارەی بەرگری ڕێکخراوەکان دەگەڕێتەوە. کە ڕێگەچارەی بەرگری هەوڵ دەدات پەیوەندییەکی قووڵ دروست بکات لەگەڵ کڕیارە ڕاستەقینەکان، ئینجا زیاترکردنی کڕیارەکان لەگەڵ پارێزگاریکردن لە کڕیارە کۆنەکانو لە کۆتاییدا هەوڵ دەدات کڕیاری نوێ بدۆزێتەوە.

ڕێگەچارەی بەرگریش جەخت لەسەر توێژینەوەی بەردەوام دەکات بۆ ناسینەوەی کارەکانی ڕکابەرایەتی کردنو ئەگەری ڕووبەڕووبوونەوەی ڕێکخراو بەرامبەر بە هەر هەڕەشەیەك.

تەواوی کڕیارەکانیش سێ بنەمای سەرەکی لەبەر چاو دەگرنو هەر ڕێکخراوو دامەزراوەیەك کە بتوانێت ئەو بنەمایانە بە شێوەیەکی سەرکەوتووانە دابین بکات بڕاوەی کۆتایی دەبێت ئەو بنەمایانە بریتین لە:

١- کڕیارەکان باشترین خزمەتگوزاریان دەوێ لە ڕووی چۆنیەتیو چەندێتی.

٢- کڕیار دەیەوێت بە کەمترین خەرجی خزمەتگوزاری بەدەست بهێنێت.

٣- کڕیار دەیەوێت شتومەكو خزمەتگوزاری بە کەمترین کات بگاتە دەستیان.

ئامانجەکانی بەڕێوەبردنی پەیوەندی لەگەڵ کڕیارەکان:

ئامانجی بەڕێوەبردنی پەیوەندی لەگەڵ کڕیارەکان، دروستکردنی هەماهەنگی زیادکراوە لە نێوان چالاکییەکانی بەشەکانی فرۆشتن، بازاڕسازیو خزمەتگوزاری پاش فرۆشتن بە ئامانجی دۆزینەوەو پاراستنی کڕیارەکان. ئەو هەماهەنگییە، لە ڕێگای ئاڵوگۆڕکردنو گواستنەوەی زانیاری بە تایبەت سەبارەت بە کڕیارەکان لە نێوان بەشە جیاوازەکانی ڕێکخراوەوە ڕوودەدات.

بە بەکارهێنانی شیاوی بەڕێوەبردنی پەیوەندی لەگەڵ کڕیارەکان دەتوانرێت پێداویستییەکانی داهاتووی کڕیارەکان پێشبینی بکرێتو بەرهەمهێنان، یان خزمەتگوزاری بە مەبەستی بەدەستهێنانی ڕەزامەندی زیاتری کڕیارەکان دابین بکرێت.

ئامانجەکانی بەڕێوەبردنی پەیوەندی لەگەڵ کڕیارەکان دەتوانرێت لەم خاڵانەی خوارەوە کورت بکرێتەوە:

١- دروستکردنی پەیوەندییەکی درێژخایەنو سەرکەوتووانە لەگەڵ کڕیارە دەستنیشان کراوەکان.

٢- دروستکردنی پەیوەندییەکی نزیك لەگەڵ کڕیارەکان.

٣- دانانی سیستەمی دۆزینەوەی کڕیار لە جیاتی دۆزینەوەی شتومەك.

٤- زۆربوونی توانای ڕکابەری لە بازاڕەکانی تێرکراو (اشباع)و وەڵامدانەوەی نیازەکانی ئەو کڕیارانە کە داواکارییان زۆرە.

٥- زۆربوونی چەرخی بەرهەمهێنان لە کۆمەڵگادا.

# چۆن دەتوانیت ببیتە خاوەنی هەڵوێستی پۆزەتیف؟

و: لە ئینگلیزییەوە
ئەمانی تەحسین

هەڵوێستی پۆزەتیف زۆر گرنگە بۆ گەیشتن بە ئارامیو سەرکەوتن. ئایا ڕوویداوە کە تا ئێستا بە ئیرەییەوە تەماشای خەڵکت کردبێت، کە هەمیشە دڵخۆش دیارنو ژیانیان بە خۆشی دەگوزەرێننو ئاواتە خوازبیت تۆش وەکو ئەوان بیت، یان زیاتر لەوانیش؟

تا ئێستا ڕوویداوە کە بە خۆت بڵێی: باشە بۆ ئەو کەسانە هەمیشە بە ناوبانگو سەرنجڕاکێشنو خەڵك بۆ لای خۆیان ڕادەکێشن؟

ئەی بیرت کردووەتەوە کە لەوانەیە هەڵوێستی پۆزەتیفی ئەو کەسانە وا بکات کە خۆشەویست بنو ئەو شێوەیەی کە هەڵسوکەوت دەکەنو کار دەکەنە سەر دەوروبەریان؟

بیرکردنەوەو هەڵسوکەوتکردن بە هەڵوێستێکی پۆزەتیفانە هۆکارێکی سەرەکییە بۆ بە دەستهێنانی ئەو شتانەی دەوروبەرو ئەو ژیانەی کە دەتەوێت، چونکە ئەوانەی کە لە دەوروبەرتنو دەیانەوێت شتەکانت بۆ بەرجەستە بکەن، دەیانەوێت لە دەورت بنو لەگەڵتدا کاربکەن، بۆ ئەوەی خەونەکانت ببن بە ڕاستی.. بوونی هەڵوێستی پۆزەتیفانە لای تۆو کارەکانت بە سادەگی دەلوێنو زیاتر دڵخۆشت دەکەن.

ئەمانەش (٧) ڕێگای سانان، بەڵام ئامۆژگاری بەهێزن بۆ بە دەستهێنانی هەڵوێستی پۆزەتیفو بوونت بە کەسێکی بەهێزتر:

١- کاردانەوەی حەماسیت هەبێت بەرامبەر بە ژیانتو مەهێڵە ڕۆژەکەت تەنها بگوزەرێ، هەوڵ بدە بژی نەك بیگوزەرێنی، خۆت جێگیر بکەو وا بژی کە دوارۆژی ژیانتە لەسەر ئەم دنیایە، هەر چرکە ساتێکت بە سۆزو خۆشەویستییەوە بژی. بوونی هەڵوێستی پۆزەتیفو سۆزو خۆشەویستی تەواوکەری یەکن، ئەو کات دەزانیت کە خەڵکانی تریش وەك تۆن سەبارەت بە ژیان.

٢- هەڵوێستت هەبێت نەك کاردانەوە: مەوەستە تا شتێك بەسەرتدا ڕوویداتو تۆش هەوڵبدەی چارەسەری بکەیت. چالاك بەو وا بکە کە شتی باش بێنە ڕێت، تۆ بەرپرسیاری بەرامبەر بەو ژیانەی کە هەتە، یەکجار دەژیت کەواتە بە فیرۆی مەدەو هەوڵ بدە باشترین ژیان بۆ خۆت فەراهەم بهێنیت.

٣- بڕوات بەوە هەبێ هەر ساتێکت باشترین کاتی ژیانتە بەرامبەر بە بەرهەمەکانت، ڕووداوی خراپ ڕوودەدات ئەمە ڕاستی ژیانە، ئەمەش ئەوە ناگەیەنێت کە تۆ لە ترۆپکەوە بێنێتە خوارەوە، شتی باشیش دێنە ڕێت گرنگ نییە، شتە باشەکان هەمیشە ڕوودەدەن، بە لاتەوە گرنگ نەبێت کە لە ساتێکا شتێکی خراپ ڕووبەڕووت دەبێتەوە، وا لە خۆت بکە کە بەرامبەر پێشهاتەکان بەهێزبیو لێیانەوە فێربیت. بوونی هەڵوێستی پۆزەتیف وا دەکات یارمەتیدەرت بێت کاتێك دەکەویتە کاتە خراپەکانی ژیانتو بەهێزترو سەرکەوتووترت دەکات.

٤- فێری ئەوە بە کە هەمیشە سوپاسگوزاربیت بەرامبەر ئەو شتانەی کە هەتە، ئەمە فاکتەرێکی زۆرباشە لە نێوان کەسە سەرکەوتووەکانو وات لێ دەکات کە هەست بە ئارامی بکەیت. هەرگیز بوونی خەونو ئاواتو ویستنی زیاتر لە ژیان نابێتە کۆسپ بەڵکو وات لێ دەکات زیاتر هەوڵ بدەیت، بەڵام نابێت نا ئومێد بیت بەرامبەر بە ژیانو سوپاسگوزار نەبێت

لەو ژیانەی کە ئێستا تێیدایت، چونکە ئەوانەی کە نائاسوودەنو سوپاسگوزارنین بەرامبەر بە ژیانیان ئەوا دەکەونە بازنەی بیرکردنەوەی نا واقیعیو ڕەشبین دەبن بەرامبەر بە ژیان.

٥- هەموو هەلێك بقۆزەرەوە نەوەکو دواتر پەشیمان بیتەوە لەوەی کە ئەنجامت نەداوە، هەموو شتێك ئەنجام بدەو خۆت لە سووچی ماڵەوە مەخزێنە، یان خواردن لە دەمی منداڵەکانت بگریتەوە، بەدوای هەموو پرۆژەیەکی باش بە کە دەکەوێتە بەر دەستت، مەترسە لەوەی کە ئەو هەلە باشە، یان خراپ، سوودی هەیە یا نا، کەسانی سەرکەوتوو وا خۆیان فێرکردووە کە هەستی شەشەم بەکاربێنن کە بۆیان دێت، بۆ ئەوەی سوود لە هەلە تازەکان وەرگرن.

٦- هەمیشە با قسەت خۆش بێت، خەڵك پێیان خۆشە لە دەوری ئەو کەسانە بن کە قسە خۆشو خۆش ڕەفتارن تەنانەت لە سەختترین ساتەکاندا. فێری پێکەنین بە بۆ ئەوەی کەسێکی پۆزەتیف بیت بە تایبەتی ئەگەر بە خۆت پێ بکەنی، چونکە ئەمەش پێویستە، ژیان زۆر بە زەحمەت مەگرە، چونکە ژیان زۆر لەوە کورتترە کە تۆ هەمیشە بیر لە بەدبەختی خۆت دەکەیتەوە، قسە خۆشی زۆر سەرنجڕاکێشە، قسەخۆشیو خۆش ڕەفتاری سەرچاوەیەکە بۆ بوونی هەڵوێستی پۆزەتیف.

٧- باوەڕت بە قەدەر هەبێت، کەس ناتوانێت هیواو ئاواتەکانت لێ زەوت بکات تەنها خۆت نەبێ. هەتا ئەو کاتەی کە هەناسە دەدەیت هیچ سنورێك نییە بۆ دەستکەوتەکانت. ژیان ئەوە نییە کە بەسەر تۆدا دەگوزەرێت، بەڵکو ئەوەیە کە تۆ دروستی بکەیت بۆ خۆت. ئەگەر هیچ شتێکیش ئەنجام نەدەیت تۆ هەر خەریکی دروستکردنی ژیانی خۆتی، کەوایە بۆ هەوڵنادەی بەو شێوەیەی کە دەتەوێ دروستی بکەیتو بیگوزەرێنی؟ هەر کەسێك کە بە ڕاستی سەرکەوتووبێت بە خۆشی ژیان دەباتە سەرو ئاسوودەو ئارامەو شانازی بە ژیانییەوە دەکاتو هەڵوێستی پۆزەتیفی هەیە.

گەر ئەم حەوت ڕێگایە بەکاربێنیت، بۆ ئەوەی یارمەتیت بدات کە هەڵوێستێکی پۆزەتیفت هەبێت ئەوا ژیانێکت دەبێت کە شانازی پێوە دەکەیت، بەڵام بیرت نەچێت کە ئەوەش لەوەوە دەست پێ دەکات کە هەڵوێستی پۆزەتیفت هەبێت لە هەموو هەنگاوەکانتدا.

سەرچاوە: ئینتەرنێت.

# کەسایەتییەکانی ناخت بدۆزەرەوە

گوڵان حەمە ئەمین

هەموو مرۆڤەکان لە مرۆڤ بوونیاندا یەکسانن، بەڵام لە کاروچالاکیدا زۆرجیاوازن بە جۆرێك هەندێ کەس تواناو لێهاتوویی چەندین کەسایەتی لە ناخیاندا کۆبووەتەوە، وەك دەبینین بەرهەمی کاریان لە کاری چەندین کەس زێترە!! جیاوازی ئەم دووکەسە تەنها لەوەدایە، یەکەمیان کەسایەتییەکانی ناخی دۆزیوەتەوە، بەو واتایەی دەزانێت حەزی چ بوارێکی تێدایەو گرنگی پێداوە تا گەیشتووەتە ئاستی پێ گەیشتن، بەڵام کەسی دووەم نەگرنگی بە حەزەکانی داوەو نەگەشەی پێداون، نموونەی ئەم دووکەسە وەك دوو جوتیار وان کە خاوەنی جۆرێك لە زەوی بن، کەسی یەکەمیان باشترین بەرهەمی هەبێتو کەسی دووەم زۆربێ بەرهەم بێت، یەکەمیان باشترینو نایابترین تۆو دەهێنێت بۆ کێلگەکەیو بە باشترین شێوەخزمەتی دەکاتو هەرچی گژوگیای زیانبەخشە لە ناوی دەباتو بەردەوام چاودێری دەکات لە هەر قۆناغێکدا پێداویستی تایبەتی بۆ ئامادە دەکات، بەڵام جوتیاری دووەم بە پێچەوانەوە، نە تۆوی باش دێنێتو نەگژوگیا زیانبەخشەکانی لێ دووردەخاتەوە...، ئەم نموونەیە وەك: دوو لاو وایە کە لەیەك ئاستو ژینگەدا دەژین، یەکەمیان بەهرەکانی دەدۆزێتەوەو گرنگی پێ دەداتو لە پێناویدا دەژیو باشترین بیرکردنەوە ئاڕاستەی ناخی دەکاتو هەموو بیرۆکەخراپو نێگەتیڤەکان دووردەخاتەوەو لە ناوی دەبات، تا دەگاتە بەرزترین ئاست لەو بوارەدا، دووەمیان بەهرەکانی نادۆزێتەوەو لە پێناویاندا ناژی، کەواتە بەرهەمی نابێت، ئەوەی کە لێرەداگرنگ بوو (دۆزینەوەی تۆوی باشو ڕەخساندنی کەشی لەبار بۆ گەشەسەندنی ئەو تۆوە) دۆزینەوەی بەهرەکان ئاسانن لەبەرئەوەی هەموو مرۆڤەکان دەزانن لە چ بوارێکدا دەتوانن کارامەبن، بەڵام بۆ گەشەسەندنیان، دیارە کە ڕاهێنانو بەردەوامی دەوێت، هەموومان لە سەرەتای منداڵیماندا نەمان دەتوانی لەسەر پێیەکانمان بڕۆین پاش ماوەیەك یەك دوو هەنگاوێك بە لەرزە لەرز دەڕۆیشتینو دەکەوتین، پاشان زێتر... تا ئەو کاتەی فێربووین بە تەواوەتی بڕۆینو ڕابکەینو لەگەڵ گەورەبوونماندا هەنگاوەکانیش گەورەبوون، نەك هەر ئەوە بەڵکو کەسانێك کە لە سەرەتای منداڵیاندا هەروەك منداڵی تر دەڕۆیشتن، ئێستا بە (تەناف باز) ناسراون کە زۆر بە ئاسانی لەسەر گوریسێك دەڕۆنو بگرە ڕاش دەکەن، هەمووان کاتێك دەیانبینین پێیان سەرسامین ئەمەش تەنها بە ڕاهێنانی زۆرو بەردەوامی گەیشتنە ئەو ئاستە، هەموو کارێك بەو جۆرە پێویستی بە بەردەوامیو ماندوو بوونە، تۆی ئازیز گەر گرنگی بە بەهرەکانت بدەیتو گەشەیان پێ بدەیت، دەگونجێت بگەیتە بەرزترین ئاستی داهێنەرانە، نەك تەنها لە بوارێك بەڵکو لە چەندان بواردا، چی دی ڕامەمێنە دەگونجێت چەندین کەسایەتی لە ناختا خۆی حەشاردا بێتو چاوەڕوانی تۆ بێت بە گەڕی بخەیت، چونکە توانست لە هەموو مرۆڤێکدا هەیە، بەڵام لەسەر خودی خۆمانە بیکەینە توانا.

شیرین نەجمەدین

# چەند جار هەلو دەرفەت لە دەرگای داویت؟

پەندێـك هەیە دەڵێـت: [بەخت وەك تۆپ وایە كە هاتە قاچمان خێرا شـەقێكێ لێدەدەیـن دەڕوات بـۆ لای كەسـێكی تر] هیـوادارم لـە دوای خوێندنـەوەی ئـەم چیرۆكە ئێمە لەو كەسانە نەبووبین.

پیاوێكی هەژار هەرچی دەكردو هەوڵی دەدا بۆ ئەوەی ڕۆژە سەختو ناهەموارەكانی ژیانـی بە ڕێ بكات، بـەڵام ئاكامی نەبوو، سەرەنجام بڕیاری دا ڕوو لە حەكیمێك بكات هەتا ڕێگایەكی پیشان بدات بۆ دەربازبوون لەو هەژاریەی تێی كەوتووە..

حەكیم پێی وت: تۆ شانسـت خەوتووە بۆیـە وا هەژاریت! جێگایەكـی زۆر دووری پیشـاندەدات، پێـی دەڵێت كـە دەبێت بڕوا لەوێ شانسـەكەی بدۆزێتەوە.. هەژارەكەش بڕیـار دەدات دەسـتبەجێ بـە ڕێكەوێت بۆ شوێنی مەبەسـت تا شانسەكەی بدۆزێتەوەو ڕزگاری بێت لـەو هەژاریە.. بە ناچاری ملی ڕێگەی گرتو ڕۆیشت بۆ شوێنی دیاریكراو، لە ڕێگادا دەگات بە شێرێك كە زۆر سەری ئێش دەكات، پاشـان ئافرەتێك كە پاشـای وڵاتەو بـەڵام كاروباری وڵاتی بە باشـی بۆ بەڕێوە ناچێت، دواتریـش جوتیارێك كە گیرۆدەیە بـە دەسـت زەویەكەیەوە چونكـە هەرچی دەكات كشتوكاڵەكەی بەرهەمی نابێت...

هەرسێكیان داوای لێ دەكەن كە شانسی ئەوانیش بەخەبەربێنێت. كابرای هەژاریش بەڵێنیـان پێ دەدات كە شانسـەكەیان بۆ بەخەبـەر بێنێت... هەژار هەر دەڕوات، لە ئاكامدا دەگاتە شـوێنی دیاریكراو، سـەیر دەكات شانسـی هەمـوو ئادەمیـزادەكان لەوێیـەو هەریەكەیـان بـە جۆرێكـە، دەگەڕێت شانسـی خۆیو هاوڕێكانی سەر ڕێگای دەدۆزێتەوەو بەخەبەریان دێنێت..

پاشان زۆر بە دڵخۆشییەوە دەگەڕێتەوە، لـە ڕێگادا دەگاتەوە بـە جوتیارەكەو پێی دەڵێت: شانسـەكەت دەڵێـت: ئەو زەوییە ئاڵتونی لە ژێردایە بۆیە هیچی تیاسـەوز نابێت ئاڵتونەكە دەربێنێت زەوییەكەشـی بـاش دەبێت، جوتیارەكـەش لە بری ئەو چاكەیـە پێی دەڵێـت: وەرە با بە یەكەوە ئاڵتونەكـە دەربێنیـن، بـەڵام هەژارەكە قبوڵـی نـاكاتو دەڵێ من شانسـی خۆمم دۆزیوەتەوەو چۆن خـۆم بەوەوە خەریك دەكەم، پاشـان دەگات بە ئافرەتە پاشاكە، پێی دەڵێـت: شانسـەكەت دەڵێت: دەبێت شـوو بكەی بە پیاوێك پاشـان بە یەكەوە دەتوانـن كاروباری وڵاتەكەتان بە باشـی بەڕێـوە بـەرن، ئافرەتەكـەش لـە بری ئـەو چاكەیە پێی دەڵێت: وەرە باشـووت پێ بكـەم بـە یەكـەوە كاروبـاری وڵات چاك بكەین، دیسـان ئـەو داوایەش قبوڵ نـاكاتو دەڵێـت: من چۆن خـۆم بەوەوە سـەرقاڵ دەكەم لە كاتێكدا شانسی خۆمم

دۆزیوەتـــەوە. ئەویـــش جـــێ دەهێڵێت، له کۆتاییدا دەگاتەوە بە شـــێرەکە، شێرە پێی دەڵێت: دەنگو باس ئەویش بە ســـەرهاتی ڕێگای هەمووی بـــۆ دەگێڕێتەوە کە چۆن ئەو شتانەی قبوڵ نەکردووە، بەشێرەکەش دەڵێت: شانســـەکەی تۆش وتویەتی دەبێت ســـەری کابرایەکی بێئەقـــڵ بخوات، ئینجا ســـەر ئێشەکەی لادەچێت، شێرەکە دەڵێت: کەواتـــە دەبێ ئەو کابـــرا بێئەقڵە تۆ بیت کە من دەبێت سەری بخۆم، چونکە ئەوانە هەموو شانسی تۆ بوون ئەوانەت نەویست ئەی بە تەمای چیت...

هەریەك لە ئێمە گەر چاو بگێڕینەوە بە تەمەنماندا ڕەنگـــە چەندین جار هەلو دەرفەتـــی ژیان لـــە دەرگای دابیـــن، بەڵام بـــە هـــۆی نەزانینمان پاڵمـــان پێوە نابێت لـــە کۆتایشـــدا گلەیی لە شـــانسو بەختو ناوچەوانـــی خۆمان دەکەین، کەواتە بۆچی هەلو دەرفەتەکانی ژیان لە هەر ڕوو یەکەوە بێت لە دەســـتی دەدەین؟ هۆکارەکان زۆرن لێرەدا چەند هۆکارێکیان دەخەینەڕوو...

١- یـــەك جۆر بیرکردنـــەوە، زۆرجار ئێمە بیرو فیکری خۆمان لە قاڵب دەدەین، چاومان بڕیوەتە یەکجۆر کارو پیشە، یاخود یەکجۆر چارەســـەر، یەکجـــۆر هەڵبژاردن، ...هتـــد. کاتێـــك ئـــەوەی لـــە بیرماندایە دەســـتمان ناکەوێت ئیتر هەرجۆرە هەل و دەرفەتێکی تر لە هـــەر جێگایەکی ترەوە بێت نامەناوێت.

٢- زوو بڕیـــاردان، هەلو دەرفەتەکان هەڵناسەنگێنین پرسو ڕاوێژی لە خۆمان شـــارەزاترو بە ئەزمـــوون ناکەیـــن خێرا بـــە بڕیارێکـــی کتوپڕ لـــە خۆمانی دوور دەخەینەوە.

٣- نەبوونـــی قەناعـــەتو زۆر بـــەرز ڕوانیـــن. زۆرجار ئەو هەلانـــەی کە دێنە دەســـتمان ڕەنگـــە زۆر بچـــووك بـــن لـــە قەناعەتـــی ئێمەدا نەبن، بەڵام بۆیە هەیە گـــەر لای بـــە لادا بکەینـــەوە دوارۆژێکی پرشنگدارمان بۆ تۆمار بکەن.

٤- نەبوونی بەرنامە لە ژیاندا، کەسی بێبەرنامـــە هەموو کاروبـــاری ژیان لەبەر چاویـــدا ئاڵـــۆزو تێکەڵو پێکەڵـــە، توانای ناســـینەوەی هـــەلو دەرفەتەکانی نییە لە ئاکامدا ڕەنگە چەندین هەلی کاروژیان لە دەست بدات، بەڵام پێشی نەزانێت.

لەوانەیـــە تا ئێســـتا چەندین هەلمان لە دەســـت دابێـــت، بەڵام خۆ ژیـــان هەر بەردەوامـــە هەلو دەرفەتەکانیش جارێکی تریـــش دەدەنـــەوە لـــە دەرگامـــان، بەڵام ئەمجارە هۆشیاربەو لە دەستی مەدە...

# له دڵەوه

و: زاهیر زانا

گرنـــگ ئـــەوە نییـــە تۆ پادشـــابی، گرنگ ئەوەیە بەو شـــێوەیە هەڵســـوکەوت بکەیت کە پادشایت.

- دەتوانیت بە زۆر ئەسپێك ببەیتە سەر ڕووبار، بەڵام ناتوانیت ناچاری بکەیت لێی بخواتەوە.

- کاتێـــك دەرگایەکـــی بەختەوەری بەڕووماندا دادەخرێـــت، چەندین دەرگای تـــر دەکرێنـــەوە، بـــەڵام هەســـتیان پـــێ ناکەیـــن، لەبەرئەوەی بە خەمو پەژارەوە کاتەکانمان لە بەردەم دەرگا داخراوەکاندا بەسەردەبەین.

- نرخی ڕاســـتەقینەی ئەو شـــتانە نازانیـــن کـــە هەمانـــن، هەتـــا ئەوکاتەی لەدەســـتیان دەدەین، هەروەها ناشزانین چ شتێك لە ناو دەچێت، تا ئەو کاتەی نامان مێنێ و دەڕوات.

- پێویســـتمان بـــە کاتژمێرێکە بۆ ئـــەوەی چاکەی کەســـێك بدەین بەســـەر ئەوانی تردا، پێویســـتمان بـــە ڕۆژێکە بۆ ئـــەوەی یەکێکیانمان خۆشـــبووێت، بەڵام پێویســـتمان بە هەموو تەمەنە تاوەکو لە بیری بکەین.

- پێویســـتە خۆت بخەیتە شـــوێنی کەســـانی تر کاتێك هەستت بە دڵ تەنگی کـــرد لـــە حاڵەتـــە تازەکەتـــدا، تابزانیت خەڵکیـــش بـــەو جـــۆرە بـــوون کاتێك لە بارودۆخێکی لەو شێوەیەدا بوون.

- جیاوازییەکی گەورە هەیە لە نێوان ئەو کەسەی کە فرمێســـکەکانت دەسڕێتو ئەو کەسەی دوورت دەخاتەوە لە گریان.

- کاتێـــك تەنها بۆ خۆمـــان دەژین ژیـــان کـــورتو بچوکـــە، بـــەڵام کاتێك بۆ ئەوانی تریش دەژین ژیان درێژو فراوانە.

- بەڕووکەش تـــێ مەکەوە، چونکە دەتخڵەتێنێ، بەدوای ماڵو ســـامانی دنیاوە مەبە، چونکە زوو نامێنێو لە ناو دەچێت، بەڵام بە دوای ئەوەوە بە کە زەردەخەنەت پـــێ دەبەخشـــێت، چونکە بـــێ بەرامبەر خەمو پەژارەت دەگۆڕێت بۆ بەختەوەری.

- نمونەی خۆ بەختکردنی صابونت بیربێت، کە لەخۆی کەم دەکات بۆ ئەوەی خەوشو پیسی لابەرێت.

- ناتوانیت پێ بکەنیتو لە هەمان کاتدا دڵ ڕەقیش بیت.

- کۆتایی هەمیشـــە ئازار بەخشـــە هەرچەنـــدە خۆشـــیش بێـــت.... تەنهـــا لەبەرئەوەی پێی دەڵێن کۆتایی.

ئالانی

# خود پەسەند بە!!

ڕەنگە ناونیشانی ئەم بابەتە سەرنجت ڕابکێشێت، چونکە گومانی تێدا نییە کە ئەو بابەتانەی لەم جۆرە گۆڤارانەدا بڵاودەکرێنەوە، قسە لەسەر سیفەتە جوانو ناوازەکانی مرۆڤ دەکاتو هانمان دەدات بۆئەوەی ببینە خاوەنی سیفەتی جوانو ناوازە، تا ببینە مرۆڤێکی بەسوود بۆ خۆمانو دەوروبەرمان، بەڵام خودپەسەندی (ئەنانی) بوون سیفەتێکی قێزەونی مرۆڤەو پێویستە هەمووان خۆمانی لێ دووربخەینەوەو ئەو سیفەتە لە خۆمان دابڕنین، کەواتە بۆچی ناونیشانی بابەتەکە پێمان دەڵێت: خودپەسەندی بە؟!

دەزانم ئەم دەستەواژەیە لای هەمووان نامۆیە، چونکە بانگەشە دەکات بۆئەوەی کەسێکی خودپەسەندو خۆپەرست بین، خودپەسەندیش لە ناشیرینترین سیفاتەکانی مرۆڤە، ئایا دەگونجێت لە وەها گۆڤارێکدا بانگەشە بۆ سیفەتێکی لەو شێوازە بکرێت؟!

لە وەڵامدا دەڵێین: بێگومان نەخێر، سەدجار نەخێر...!

کەواتە مەبەست لەو ناونیشانە چییە، کە دەڵێت: خودپەسەند بە؟

خۆشەویستانم! لێرەدا ئێمە مەبەستمان ئەوە نییە کە تۆ مرۆڤێکی ئەنانی بیت، ببیتە مرۆڤێکی ئەنانی لەگەڵ دەوروبەرت، قسە لەسەر کەسایەتی خۆت بە شانازیو خۆ بەگەورە زانینەوە بکەیت...

نەخێر بەڵکو مەبەستمان لە وشەی ئەنانی بوون بە تێڕوانینو تێگەیشتنێکی تەرەو لەگەڵ شتێکی تردا نەك لەگەڵ دەوروبەرەکەت، پێویستە مرۆڤ ئەنانی بێت لەگەڵ ژێری ناوەکی خۆی (عقل الباطن)، واتای ئەمە چییە؟

واتە هەمیشە پەیامی پۆزەتیف بنێرە بۆ ژێری ناوەکیت، ڕوونتر بڵێین: کاتێك قسە لەگەڵ خۆتدا دەکەیت، با قسەکانت لەگەڵ خۆتدا ئەنانیانە بێت، کەواتە ئەو ناونیشانە بانگەشەیە بۆ ئەنانی بوون لەگەڵ خۆت، نەك لەگەڵ دەوروبەرت، بۆ نموونە: (کاتێك قسە لەگەڵ ژێری ناوەکیت دەکەیت، ئەم پەیامانەی پێ بدە: من کەسێکی زۆر بەهێزم، گرفتو ناخۆشییەکانی ژیان ناتوانن چۆکم پێ دابدەن، من کەسێکی زیرەكو لێهاتووم، ڕاستگۆم، زۆر بەختەوەرم، مرۆڤێکی سەرکەوتووم لەم جیهانەدا، یاخود بڵێ: من کەسێکی تێکۆشەرم، مرۆڤێکی بێ فیزو خۆ بەکەم زانم، دەتوانم خۆم بەڕێوەبەرم، من ئەو کەسەم کە دەوروبەرم زۆر خۆشیان دەوێم... هتد).

بەڵام پێویستە هەموو ئەم پەیامانە لە ژێری ناوەکی خۆت تێپەڕ نەکات، هەرگیز ئەم قسانە لەگەڵ هاوڕێو دۆستو دەوروبەرەکەتدا نەکەیت... بەڵکو هەموو ئەم پەیامانە نهێنییەك بێت لە نێوان خۆتو ژێری ناوەکیتدا، پێویستە لەگەڵ خەڵکیدا لەوپەڕی خۆ بەکەم زانیدا بیتو بەپێی تواناو زیرەکییان قسەیان لەگەڵدا بکەیت، ئەگەر ویستت تواناکانی خۆت بۆ بەرامبەر دەرببڕیت دەتوانیت بڵێیت: من بە توانام بەڵام بە ئەندازەی تۆ نا، یان من زیرەكو لێهاتووم، بەڵام وەکو تۆ نابم!!

ئێستا دەپرسین: ئەگەر ئەو خاڵانەت پیادە کرد، چی ڕوو دەدات؟!

زۆر ڕاشکاوانە دەڵێین: ئەگەر بەو شێوەیەی سەرەوە قسەت لەگەڵ ژێری ناوەکیتدا کردو بە بێ فیزو خۆ بەکەمزانینو نەرمو نیانییەوە لەگەڵ دەوروبەرەکەت هەڵسو کەوتت کرد، ئەوا دڵنیابە دەبیتە کەسێکی بەختەوەر، بە شێوەیەك لە خۆتو گوزەرانت ڕازی دەبیت کە وێنا ناکرێت، لە هەمان کاتداو لە واقیعدا دەبیتە مرۆڤێکی بەهێزو سەرکەوتوو، لێهاتوو، بە تواناو سوودبەخش...

ڕەنگە بپرسیت چۆن بەو ئاسانییە ئەم گۆڕانکارییە ڕوو دەدات؟

لە وەڵامدا دەڵێین: کاتێك ئەم پەیامە پۆزەتیفانە دەنێریت بۆ ژێری ناوەکیت، بەبێ ویستی تۆ ژێری ناوەکیت کار لەسەر ئەو پەیامانە دەکات، ئەو کات لە قسەیەکی ئاساییەوە دەبێتە کردارو ئاکارو هەڵسوکەوتت، چونکە ژێری ناوەکیت چ پەیامێکی پێ بدەیت، کار لەسەر ئەوە دەکات، بە پێچەوانەوە ئەگەر پەیامی خراپی بۆ بنێریت بە هەمان شێوە کار لەسەر ئەو پەیامە نێگەتیفانە دەکات، لە ئاکامدا تاکە زەرەرمەند تەنها خۆت دەبیت!

کەواتە لێرەوە بۆمان دەردەکەوێت تاکە بەرپرسی بەختەوەریو سەرکەوتنو خۆشگوزەرانیت خودی خۆتیت، چونکە کاتێك تۆ هەمیشە پەیامی نێگەتیف دەنێریت بۆ ژێری ناوەکیتو بە خۆت دەڵێیت: من مرۆڤێکی بێ شانسمو هیچ شتێکم بۆ نابێتو دەست بۆ هەر شتێك دەبەم بە دەستمەوە نایەتو هەمیشە گلەیی لە بەختی خۆت دەکەیتو خۆت بە کەسێکی بێ چارە دەزانیتو پێت وایە تۆ هیچ هەڵێکی سەرکەوتنت لە ژیاندا بۆ نەهاتووە، ئەوا بێگومان ژێری ناوەکیت لەسەر هەموو ئەو پەیامە نێگەتیفانە کاردەکات، لە ئاکامدا هەموو ئەو بیرۆکانە دەبنە ژیانی ڕۆژانەتو لە پەیامێکی سادەوە دەبێتە ئاکارو هەڵسوکەوتو واقیع...

کەواتە لە ئێستاوە بەڵێن بدە هیچ کات پەیامی نێگەتیف بە ژێری ناوەکیت نەدەیت، بەڵکو هەمیشە پەیامی پۆزەتیفی پێ ببەخشە تا ژیانت پڕ بێت لەو بەختەوەرییەی کە خۆت دەتەوێت، ئەو کات دەزانیت کە تاکە بەرپرسی سەرکەوتنو بەختەوەریت تەنها خودی خۆتی!

لە کۆتاییدا دووپاتی دەکەینەوە هەمیشە لەگەڵ خۆتدا ئەنانی بەو لەگەڵ دەوروبەتدا خۆ بەکەمزانو بێ فیزو نەرمو نیان بە!

# بەڵێن دان

بڕوا جەزا

هەر کاتێك کە دەتوانیت ئەنجامی بدەیت، یان حەز دەکەیت بتوانی دەستی پێ بکە، لە بوێریدا بلیمەتیو تواناو سیحر حەشاردراوە... "گۆتە"

پێویستە یەکەم هەنگاو ئێمە هەڵی بگرین... تا کاتێك لە پەراوێزدا بینو ئامادەی هێرش بردن نەبین دەڵێی جیهان بەم تێڕوانینەوە لە بەرامبەرماندا وەستاوە کە "باشە" وا دیارە سەبارەت بەم مەسەلەیە ئەوەندەش جدی نییە.

هەرکاتێك ئەو مەسەلەیەی بەجدی وەرگرت یارمەتی دەدەین... هەر لەو کاتەوە کە بە لێبڕاوییەوە دەڵێین: هەرچۆنێك بێت ئەم کارە دەکەم، کەمو زۆر یەکەم هەنگاومان بەرەو هەمان بلیمەتیو تواناو سیحر هەڵگرتووە. هەرکەسێك کە لە ژیاندا سەرکەوتوو دەبێت بڕیاری سەرکەوتنی داوە، ئەو شاخەوانەی کە دەچێتە سەر لوتکەیەکی بەرز دەڵێت: زۆرترین هەوڵی خۆم دەدەم، یان کارێك هەردەکەم، یان هەوڵ دەدەم زۆرتر مەزەندە دەکرێت کە زوو بگەرێنەوە بۆ ماڵەوە. سەبارەت بە بازرگانو وەرزشەوانو ژنو مێردەکانیش هەربەو شێوەیە. بۆ ئەوەی بگەین بە ئەنجام پێویستە جدی بین. ژیانی (غاندی) شایەتێکی ئەم ڕاستییەیە کە تەنانەت کەسێکی تەواو یەخسیریش دەتوانێت ڕێرەوی مێژووی نەتەوەیەك بگۆڕێت.. (دیزرائیلی) زۆرجوان باسی ئەم بابەتەی کردووەو دەڵێت: "هیچ شتێك ناتوانێت ئیرادەی مرۆڤ بووەستێنێت کە تەنانەت ژیانی خۆشی لە پێناو ئامانجەکەشی فیدا بکات".

پێویستە ئاگامان لەم خاڵە بێت کە هەرکات لێبڕاوانە پێ لەسەر ئامانجی خۆمان دادەگرین کەسانی تر هەڵمان دەسەنگێنن، منداڵانیش هەمیشە ئەم کارە لەگەڵ دایكو باوکییاندا دەکەن...

هەڵسەنگاندنو مەحەکی بە نهێنی، ئەوان هیوادارن کە دایكو باوکیان لێبڕاوو پێداگربن...

خەڵك هەمیشە بە شوێن کەسێکدا دەگەڕێن تا ستایشی بکەن... ئەگەر چی لەوە دەچێ ببیستێ کە: ئێستاش ئەم پلانە گاڵتەجارییەت تەواو نەکردووە؟ ئەگەر چی پێدەچێت پاش تێپەڕینی پێنج خولەك بەسەر ڕاگەیاندنی دەست پێکردنی ڕێجیمی خواردنەکەتان. دراوسێکەتان بیەوێت بە کێکێکی چکلێتی ختوکەت بدات ئەمانە لە ناخیاندا دەیانەوێت کە ئێوە بە ئیرادەیەکی پۆڵاینەوە لەسەر قسەکانتان سوربن....

هەروەها کاتێك ئێمە بەسەر خۆماندا زاڵو بڕیاردەر دەبین ڕووداوێکی سەرنجڕاکێش ڕوودەدات بەو مانایەی کە زۆرتر بەسە بە دەربڕینێکی تر کاتێك ئێمە ئامادە دەبین هەموو بەهایەك بۆ گەیشتن بە ئامانجەکەمان بدەین، ئیتر پێویستییەك بە دانی ئەو بەهایە لە ئارادا نامێنێت، بەڵام کاتێك تەنیا تا ڕادەیەك پێداگربین تا گەیشتن بەدوایین ڕادە تا تاقی دەکرێیتەوە.

پوختەی باسەکە: یەکێك دەیوت: "ڕێگەی گەیشتن بە ئاواتەکان ئەمەیە (نرخەکەی بە تەواوی بدە)"

سەرچاوە: ڕاز شادزیستن

## وانەیەك بۆ ژیان

ئێستا وەکو جاران گەورە بچووك ناخوات

بەڵکو خێراکان هێواشەکان دەخۆن!

# لەمڕۆدا بژی

شادان تالیب حەسەن

هەموو ژیانمان لەم سێ کاتە تێپەڕ ناکات (دوێنێ، ئەمڕۆ، سبەینێ)، دوێنێیەك کە ڕابردووەو بوونی نەماوە، ئەمڕۆیەك کە ئێستا تێیدا دەژیت، سبەینێیەك کە داهاتوویەکی نادیارەو نە من نەتۆ نەهیچ کەسێك نازانێت تیایدا چی ڕوودەدات، زۆربەمان لە ڕێکخستنو چێژ وەرگرتن لە کاتەکانمانو ئامانجە دونیایەکانمان بە هەڵەدا چوون، هەندێکمان لەپێناو ئامانجەکانمادا هەمیشە گیرۆدە بووین، تەنانەت سەرتاپای ژیانمان بۆ خزمەتکردن بە ئامانجەکانمان بە فیڕۆدەدەین، بێ ئەوەی کاتەکان دابەش بکەین بۆ ژیانی خۆمانو هەوڵدان بۆ ئامانجەکان، وادەزانین ئەمە ڕێگەی بە دەستهێنانی ئامانجەکانمانە بەشێوەیەك نازانین تەواوی ئەو کاتو ڕۆژانەی کە بۆ ئەم مەبەستە تەرخانمان کردووە بەشێك بووە لە ژیانی خۆمانو ئەوەندە خۆمان پێوەی سەرقاڵ کردووە سوودمان لە کاتی ئێستاو گوزەرانی ڕۆژانەی خۆمان وەرنەگرتووە، چێژی ژیانمان نەزانیوە، کاتێکیش دەگەینە ئامانجەکەمان نازانین چۆن مامەڵەی لەگەڵدا بکەینو پێی خۆشحاڵ بین، چونکە هەمیشە بە بیرکردنەوە لە داهاتوو ڕاهاتووین، چاومان بڕیوەتە داهاتوویەکی لەوەباشتر، با لێرەدانموونەیەکی سادەو زیندوو بخەینەڕوو، کەسێك گەشت دەکات لە کاتی ڕۆیشتنیدا بۆ ئەو جێگەیەی کە گەشتەکەی بۆ ئەنجام دەدات قسە لەگەڵ خۆیدا دەکاتو دەڵێت: تۆ بڵێی ئەو جێگایە خۆش بێت کە بۆی دەچم؟ تۆ بڵێی بارودۆخەکەی خۆشحاڵم بکات؟ بەم شێوەیە بە درێژی ڕێگا بیری لەوە کردووەتەوە، چێژی لە جوانیو سروشتی ڕێگاکە وەرنەگرتووە کە خۆی لە خۆیدا خۆشی ڕێگاکە بەشێکە لە خۆشی گەشتەکە، سەرەڕای ئەوەش ئەوە لە یاد دەکات کە خۆشی مرۆڤەکان خۆیان بە دەستی خۆیان دەیخوڵقێنن، کاتێکیش دەگاتە شوێنی مەبەست ڕەنگە شوێنەکەش زۆرخۆش بێت بەڵام خۆشحاڵی نەکات، چونکە هەمیشە لە بیری سەرەنجامو داهاتووە ڕازی نییە بەوەی کە ئێستا تێیدا دەژی بۆ ئێستاش دەژی.

هەڵبەتە خۆخەریك کردنمان بە ڕابردووەوەو هەمیشە بیرکردنەوە کارێکی باش نییە، کوردواتەنی (تیردەرچوو لە کەوان ناگەڕێتەوە) هەموو ئەوانەی باسمان کرد مەبەستمان ئەوەنەبوو کە بەرنامەڕێژی ژیانمان لە یاد بکەینو ئەزموون لە ڕابردوو وەرنەگرین، یاخود پلانمان بۆ داهاتوو نەبێت، بەڵکو بە پێچەوانەوە ئێمە ئازادین سوود لە ئەزموونی ڕابردوو وەربگرین نەخشەی داهاتوش بکێشین، بەڵام گرنگ گومانی خراپو تەرخانکردنی هەموو ژیان بۆ ڕابردوو بەرەو هەڵدێرانمان دەبات، هاوسەنگی نێوان هەوڵدان بۆ ئامانجەکانمانو ڕێگاو ڕێڕەوی ژیانمان بپارێزین، کاری ئەمڕۆمان تەنها لە مڕۆ دەکرێت نەك لە ڕابردوویەکی نەگەڕاوەو داهاتوویەکی نادیار، (سرولیام اساو) پرۆفیسۆرێکی بەناوبانگە لە بواری پزیشکی لە زانکۆی ئۆکس فۆرد لە میانەی وتارێکیدا لە کۆتاییدا ئەم نزایەی خوێند (خودایە بە تەنها بژێوی ئەمڕۆمان پێ ببەخشە) ، عەلی کوڕی ئەبو تالب (ڕەزای خوای لێبێت) دەڵێت: (دوێنێ ئەزموونی ئەمڕۆیە، سبەینێ بەرهەمی ئەمڕۆیە، کەواتە بۆ ئەمڕۆ بژی)، کەواتەپێویستە دوێنێ بخەیتە خزمەتی ئەمڕۆ، ئەمڕۆش خۆی دەبێتە خزمەتی داهاتوو، لە پێناو دروستکردنی داهاتوویەکی دروست دا.

کەواتە با ئازادبینو بەختەوەری ئەمڕۆ نەگۆڕینەوە بە بیرکردنەوە لەو کێشانەی سبەینێ دێتەڕێمان، ڕەنگە هەرهیچیش ڕوونەدات، هیچ کات با ژیانی خۆمان تاڵ نەکەین بە بیرکردنەوە لە تەمەنی ڕابردوو بۆی بە داخەوەنەبین، هەر ڕۆژەو بە جیا حسابی بۆ بکەین، کەواتە ئەمڕۆ ڕۆژی ئێمەیە، خۆشبەختی کاری ئێمە هەر لەم ڕۆژەدایە، تەنها لەم ڕۆژەدا دەژین!

کێ دەزانێت سبەینێ دەژی، یان نا؟

کەوایە ئەمڕۆمان با بەخۆشییەوە بە ڕێ بکەین، ئەوەشمان لە یاد نەچێت مرۆڤی خۆشبەخت ئەو مرۆڤەیە سەرەتای هەر ڕۆژێك بە دەستپێکی ژیانێکی نوێ بزانێت..

ئاواتەخوازم چێژ لە ئەمڕۆمان وەربگرین، لێگەڕێن با ڕێڕەوی ژیان بڕوات... گەر ئەمڕۆمان باشبوو، ئۆتۆماتیکی سبەینێش باش دەبێت..

ئەمڕۆ بە ڕۆژی خۆت بزانە...

ئەمڕۆت لە هەموو ڕۆژەکانی تری ژیانت زیاتر خۆشبووێت...

ئەمڕۆت بە تیری دوێنێو سبەینێ مەکوژە...

ئا: بێگەرد فارس

# بەخشندەیی بە جل و بەرگ نییە...

لە یەکێک لە وێستگەکانی شەمەندەفەر لە شاری بۆستنی ئەمریکادا شەمەندەفەرێك وەستاو ژنو مێردێکی لێ دابەزین، هەردووکیان بەرگێکی سادەو کەم نرخ کە دروستکراوی دەستی خۆیان بوو لەبەردا بوو...

بە چەند هەنگاوێکی لەسەر خۆی پڕ شەرمەوە بەرەو نوسینگەی سەرۆکی زانکۆی هارفارد ڕۆیشتن، هەرچەندە پێش وەخت سەردانەکەیان بە سەرۆك ڕانەگەیاندبوو، سکرتێرەکە پێی ڕاگەیاندن "سەرۆك زۆرسەرقاڵە" بەم نزیکانە ناتوانێت چاوی پێتان بکەوێت، بەڵام خانمەکە یەکسەر وتی: زۆر ئاساییە چاوەڕێ دەکەین. پاش وەستانو چاوەڕێ کردن بۆ چەند کاتژمێرێكو پشتگوێ خستنیان لە لایەن سکرتێرەکەوە ئەوان هێشتا بەو پەڕی ئارام گرتنەوە بێ هیوا نەبوونوهەرچاوەڕوان بوون، ئەمەش بووە هۆی بێزارکردنی سکرتێرەکەو بە نیازی ئەوەی زوو لەبەر چاوی ون بن، چووە لای سەرۆکی زانکۆو داوای کرد ئەگەر بۆچەند خولەکێکیش بێت چاوی پێیان بکەوێت.

ئەویش بە توڕەییەوە سەرێکی لەقاند کە نیشانەی بێزار بوونی تیا بەدی دەکرا، وەك بڵێی ئەمانە چ کەسانێکن کاتو ساتی چاوپێکەوتن نازانن بە تایبەتی کاتێك سەیری جلو بەرگەکەی دەکردن زیاتر پێی ناخۆش دەبوو بەڵام بە ناچاری ڕەزامەندی نواند.

کاتێك کەوتنە گفتوگۆ خانمەکە وتی: قوربان ئێمە کوڕێکمان بۆ ماوەی ساڵێك لەم زانکۆیە خوێندویەتی، بەڵام بە هۆی ڕووداوێکەوە گیانی لەدەست دا، لەبەرئەوەی ئەو ماوەی کە لێرە بەسەری برد زۆر خۆشحاڵ بوو بەخششێکتان پێ دەدەین کە ناوی کوڕەکەمان زیندوو ڕابگرن!

جەنابی سەرۆك هیچ بەو قسانە کاریگەر نەبوو بە ساردیو زبرییەوە وتی: خانمەکەم ناکرێت بینایەك دروست بکرێت بۆ هەڵگرتنو زیندو هێشتنەوەی کوڕەکەتان، ئەگەر وابێت ئەم زانکۆیە دەگۆڕێت بۆ دارستانێك لە بیناو یادگاری ئەوانەی لێرە خوێندکار بوونو کۆچی دواییان کردووە.

لێرەدا خانمەکە وتی: ئێمە نامانەوێت پەیکەری بۆ دروست بکرێتو لێرە دابنرێت، تەنها دەمانەوێت بینایەکتان پێ ببەخشین کە ناوی کوڕەکەمان لە زانکۆی هارفارد هەڵبگرێت.

ئەم قسانە بە دڵی سەرۆك نەبوون، بە چاوێکی توڕەو بە گاڵتە پێکردنەوە کە دەیڕوانییە جلو بەرگەکانیان وتی: ئێوە دەزانن ئەو بیرۆکەیەتان چەندێك پارەی پێویستە؟!

بیناکانی ئەم زانکۆیە زیاتر لە (٧٥٠٠٠٠٠) حەوت ملیۆنو پێنج سەد هەزار دۆلاری تێ چووە، پاش کەمێك بێ دەنگ بوون گومانی برد ژنو مێردەکە واز لە بیرۆکەکەیان بهێنن، بەڵام خانمەکە سەیرێکی هاوسەرەکەی کردو وتی: بەڕێز ستانفۆرد مادام ئەو برە بۆ زانکۆیەك دەست دەدات بۆچی ئێمە زانکۆیەك بە ناوی کوڕەکەمانەوە دانەمەزرێنین؟ ئەویش سەری ڕەزامەندی بۆ لەقاند.

هەردوو هاوسەر لیلند ستانفۆردو جین ستانفۆرد ژووری سەرۆکیان بەجێ هێشتوو بەرەو کالیفۆرنیا گەشتیان کرد بۆ کردنەوەی زانکۆیەك بە ناوی ستانفۆرد!

زانکۆی ستانفۆرد تا ئێستاش ماوەو یەکێکە لە بە ناوبانگترینی زانکۆکان کە ناوی خێزانی ستانفۆردی بە نەخشێنراوی تێدا هەڵکەنراوە، یادگاری کەسێکە کە لە زانکۆی هارفارد هیچ نرخێکیان بۆ دانەنا!

لە ڕاستیدا زۆر گرنگە ئێمە گوێ گرببین بۆ ئەو کەسانەی لە هەر ئاستێکدا بن، لێیان تێ بگەین، جا ئەگەر بیستمان، یان نا باش وایە هیچ بڕیارێك بەسەر کەسدا نەدەین بە هۆی ڕووکەشو جلوبەرگ، یان ڕەچەڵەكو جۆری قسەکردنیانەوە.

گرنگ ئەوەیە هەرگیز کتێبێك لەبەر ناونیشانەکەی نەخوێنینەوە ئەگەر نرخی زیاد لە حەوت ملیۆن دۆلاریش بێت.

ڕووداوەکانی ئەم چیرۆکە بە ڕاستی لە ساڵی ١٨٨٤ ڕووی داوەو ڕۆماننوس (مالکۆم فۆربز) گێڕاویەتییەوە.

لە بەناوبانگترینی ئەو خوێندکارانەی کە دەرچووی زانکۆی ستانفۆردن دامەزرێنەری پێگە جیهانییە بە ناوبانگەکانن ئەوانیش: دامەزرێنەری (you tube, google, yahoo)

# جیاوازی نێوان

## مرۆڤی سەرکەوتوو، سەرنەکەوتوو

بەشی دووەم
نەرمین عومەر

**٥- مرۆڤی سەرکەوتوو:**

هەمووو شتێك تاقی دەکاتەوەو هەل دەقۆزێتەوە بۆ مەبەستی بەدیهێنانی ئامانجەکانی، یان چارەسەری کێشەیەك، یان رێگریێك، کە رەنگە بێتە سەرڕێی، هەموو هەلێك وا دەبینێت، کە بۆ پێشکەوتن هاوکاریی دەکات. حەزی لە گۆڕانە... گۆڕان لای ئەو، واتای گەشەکردنو پێشکەوتنو بەردەوامیو سەرکەوتنە. کۆنترۆڵی ژیانی خۆیو ئاڵوگۆڕەکانی دەوروبەری دەکاتو چاوەڕێی ئەوەناکات تادێتو یاساکانی خۆی بەسەریدا دەسەپێنێت.

**مرۆڤی سەرنەکەوتوو:**

لەجێگەی خۆی چەقی بەستووە، تەنها مەگەر ویستی خودا. حەزی لە حاڵەتی مسۆگەرییو بێ کێشەیە، هیچ شتێکی نوێو جیاواز تاقی ناکاتەوە، بە درێژایی ژیانی لە هەمان کاردا دەمێنێتەوە. لە نوێ دەترسێت، تۆقیوە لە گۆڕانو دوژمنی گەشەسەندنە. هەمیشە شڵەژاوە، هەموو ژیانی بۆ بارودۆخ جێدەهێڵێت.

**پوختە:** گۆڕان هەردێت، جا بۆیە پێویستە لە کاتی گونجاودا سوودی لێ وەربگریت، بۆ بەدیهێنانی ئامانجو ئاواتەکانت بەکاری بهێنیت... کەواتە، دەبێت تۆ ژیان بخەیتە ژێر رکێفی خۆتەوە، ئەگینا ژیانت دەکەیتە ئامانجو نێچیری بارودۆخو ئاڵوگۆڕەکانو تاکۆتایی یاریت پێدەکەن.

**٦- مرۆڤی سەرکەوتوو:**

خاوەنی ئازاییوچاونەترسییە بۆ بەدیهێنانی ئامانجەکانیو ئەوەی بڕوای پێیەتی، ئازایەتی ئەوەیە، کە بە سەر هەموو رێگرەکاندا سەرکەوێت، بڕیاری ئازایانە بدەیت بۆ بەدیهێنانی هەموو ئەو شتانەی لە ژیانتدا دەتەوێت.

**مرۆڤی سەرنەکەوتوو:**

هەمیشە دوودڵە.. هەمیشە لە خۆی دەپرسێت: (ئەو کارە بکەم، یان نا.. بڕیاربدەم، یان پەلەنەکەم؟)، ساڵانێك چاوەڕێ دەکات، تا ئامانجەکەی لە بەردەمیدا دەتوێتەوەو لە دەستی دەچێت...تا جارێکی دیکە بڕیاری شتێکی تر دەدات، ئەوا کات تەواوبووەو هەلەکەی لە دەستداوە.

**پوختە:**

ئەگەر شتێکت ویست بڕۆ بۆ هێنانی، تۆ پێویستت بە ئازایەتییە بۆ ئەوەی ئەو ژیانە بە دەستبهێنیت، کە خواستتەو شایەنتە. ئەگەر درەنگ کەوتیت، ئەوا لۆمەی کەس مەکە، جگە لە خۆت. چونکە رەنگە کات بەسەرچووبێتو ئەو هەلە کەسێکی تر بۆ خۆی بردبێت، لە کاتێدا تۆ هێشتا خەریکی بیرکردنەوەیت.

**٧- مرۆڤی سەرکەوتوو:**

خۆیو کەسانی دەوروبەری خۆشدەوێت، بە تەواوی نرخی ژیان دەزانێت، زمانی تێگەشتنو گفتوگۆ لەگەڵ دەروبەردا بەکاردەهێنێت.. ئەو زمانەی هەموو دەرگاکانی سەرکەوتنو خۆشی بۆ دەکاتەوە. ئەوە دەکات کە حەزی لێیە، ئەوەی پێی خۆشە بۆخۆی بۆ براکەشی پێی خۆشە.

**مرۆڤی سەرنەکەتوو:**

رقی لە خۆیو کەسانی دەوربەرییەتی، هەستی رقو ئیرەیی هەیە، ئەم شتانەش وای لێدەکەن، کە پێچەوانەی فیترەتی خۆیو یاساکانی گەردوون مامەڵە بکات، هەموو کات لە بارێکی تورەییو شڵەژاویی ناوخۆیدایە، هەمیشە لەگەڵ خۆی لە ململانێدایە. بڕوای بە هەستی خۆشویستنو لەگەڵ خۆ ئاشتبوونەوە نییە، ئەمەش وای لێدەکات خۆیو کەسانی دەوروبەری لە دەست بچێت.

**پوختە:**

خۆشەویستی سامانی سەرکەوتووانە، بەبێ ئەو سەرکەوتن لە هیچ شتێکدا بەدیناییەت، بێبەش لە خۆشەویستی، بێبەشە لە سەرکەوتنو لە ژیان، سەرکەوتن چ نرخێکی هەیە، ئەگەر کەسانی دیکە بەشداریی ئەو سەرکەوتنەت لەگەڵ نەکەنو لەگەڵت خۆشحاڵ نەبن.

**٨- مرۆڤی سەرکەوتوو:**

هەمووو ئەو شتە باشو خراپانەی رووودەدەن، وایان دەبینێت، کە هەلێکنو خوای بەخشندە پێی بەخشیوە، زۆر گەشبینە لە ژیانداو چەند بتوانێت لە ژیان دەبات، بە دوای ئەو بارودۆخانەدا دەگەڕێت، کە پێویستی پێیانە. ئەگەر نەیدۆزییەوە خۆی دروستی دەکات. خوای گەورە لە فەرموودەیەکی قودسیدا دەفەرموێت: : (أنا عند ظن عبدی بی، فإن ظن بی خیرا فله، وإن ظن بی شرا فله).

**مرۆڤی سەرنەکەوتوو:**

قورسی لە هەموو شتێکدا دەبینێت، بە بەردەوامی رەشبینە، هەمیشە پێشبینی خراپ دەکاتو وا دەبینێت هیچ شتێك لە بەرژەوەندیی ئەو نییە. هەموو کات نیوە بەتاڵەکەی جامەکە دەبینێتو ئاگای لە نیوە پڕەکەی نییە. بە شوێن هۆو بیانودا دەگەڕێت بۆئەوەی قەناعەت بە خۆی بکات، کە سەرنەکەوتن ناچارییەو ناتوانێت لێی رابکات. هەمیشە بەخۆی دەڵێت:

(ئەم شتە رێگری زۆرە، بارودۆخ رێگە بەمە نادات، من گونجاو نیم بۆ ئەنجامدانی کارێکی تایبەت)

بەو شێوەیە بیانوو دوای بیانوو دەهێنێتەوە، هەتا هەموو هەلەکان لە دەست خۆی دەدات.

**پوختە:**

مارگرێت تاتشەر دەڵێت: (( خەڵکی وا گومان دەبەن، کە ماوەو رووبەری پێویست لەسەر لووتکە نییە. وابیر لە لووتکە دەکەنەوە، کە لووتکەی ئەفەرێستەو ناتوانن پێی بگەنو بیبڕن. من دەڵێم کە ماوەی فراوان لە لووتکەدا هەیەو جێگەی زۆر کەسی تێدا دەبێتەوە)).

بۆیە پێویستە هەموو مرۆڤێك بزانێت، کە ژیان فراوانەو جێگەی زۆرێك لە سەرکەوتووانی تێدا دەبێتەوە، تەنها ئەوە بزانە، کە چیت لە ژیان دەوێت؟ کۆشش بکە بۆ بەدیهێنانی بە ئازایەتیو هێزو سووربوونی تەواوەوە، گەشبین بەو لە ژیاندا جوانترینی ببینە. بۆئەوەی ژیان بە هەمان شێوە ئەو خۆشەویستیو بەخششەت پێ بدات.

# پەرداخێك شیر...

هیوارد کیلی ئـەو منداڵە هەژارەی کۆڵان بە کـۆڵانو ماڵ بە ماڵ دەگەڕاو شـمەکی دەفرۆشـت، تـا خەرجـی خوێندنەکـەی دەسـتبخات.. ڕۆژێکیان برسێتی تەنگی پێ هەڵچنی، دەستیکرد بـە گیرفانەکانیـدا تەنها دە سـەنتی پێبـوو، لەبەرئەوە بڕیاری دا.. هەر کە بە یەکەم ماڵ گەیشت، داوای کەمەکێك خواردن بکات.. بەڵام کاتێك لە دەرگای یەکەم ماڵی دا، کچێك دەرگاکەی کردەوە، زۆر شەرمی کرد.. لە بری ئەوەی داوای ژەمە خۆراکێك بکات، داوای پەرداخێك ئاوی کرد.

کاتێکیـش کچەکـە ڕەنگـی زەردو پەڕیـوی برسـێتی، لـە ڕووخسـاری منداڵەکـەدا بینی.. پەرداخێك شـیری بۆ هێنا. ئەویش یەکسـەر شـیرەکەی نۆش کـردو لە کچەکەی پرسـی: ئای دەبێـت چەنـدە قـەرزداری تـۆ بم؟! نازانم پاداشـتی ئـەم چاکەیەت چۆن بدەمەوە؟!

کچەکـە وەڵامـی دایـەوە: تۆ هیچ شـتێك بە من قـەرزدار نیت.. چونکە دایکـم فێری کـردووم، لـە بەرامبەر چاکـەدا، هیـچ نرخێـك وەرنەگرین. منداڵەکـە گوتـی: کەواتە لـە کانگەی دڵەوە سوپاسـت دەکەم.. ئەو کاتەشـی ماڵەکەی بە جێهێشت.. هەر هەستی بە لەشی ساغو تەندرووستی باش نەکرد.. بەڵکو بڕواو متمانەشی بە خواو پاشان مرۆڤدۆسـتی زیادی کـرد.. لە کاتێکدا پێشـتر هەسـتی پەسـتیو بێهوایـی دایگرتبوو.

دوای تێپەڕپوونـی چەنـد سـاڵ، ئـەو کچـەی پەرداخـە شـیرەکەی دا بەمنداڵەکە.. تووشـی نەخۆشـییەکی مەترسـیدار بوو. هەموو پزیشکەکانی ئـەو ناوچەیـە، لە چارەسـەرکردنیدا دەستەوسـان بوون.. بۆیـە بە ناچاری ڕەوانـەی نەخۆشـخانەی شـاریان کرد.. لەوێ بۆ پشـکنینی نەخۆشـییە دەگمەنەکەی، پزیشـکە شـارەزاکانیان بانگکـرد.. دکتۆر (هیـوارد کیلی)ش بۆ ڕاوێژکاری پزیشکی بانگهێشت کرابوو.. کاتێك ناوی ئەو شارەی ئافرەتەکەی لێوە هاتبوو، بیسـت.. چاوی بە شـێوەیەکی سەیر بریسکایەوەو دەستبەجێ هەستایە سەر پێو بە پۆشاکی پزیشکییەوە بەرەو نهۆمـی خوارەوە ڕۆیشـت.. تاچاوی بە نەخۆشەکە بکەوێت.. هەرکە چاوی پێ کەوت، ناسـییەوە.. دەرگای ژوورەکەی پێـوە دایـەوەو ڕووی کـردە ژووری پزیشـکەکان.. بڕیـاری دا هەرچـی لە توانایدا بێت، بیخاتە گەڕو هیچ درێغی نەکات.. تـا ژینی ئـەو ئافرەتە ڕزگار بـکات.. لەو ڕۆژەوە بایەخێکی تایبەتی بە باری تەندرووستی ئەو ئافرەتە دا.

پاش کێشمەکێشـێکی دوورو درێژ، ئەرکـی پێڕاگەیشـتن بەو نەخۆشـە، بـە باشـترین شـێوە، ئەنجـام درا.. دکتۆر (هیـوارد کیلـی)ش داوای کرد.. پسوولەی خەرجی نەخۆشەکە، بهێننە نووسـینگەکەی خـۆی.. تەماشـایەکی کـرد.. لە دامێنیدا شـتێکی نووسـیو ڕەوانـەی ژووری نەخۆشـەکەی کرد.. ئافرەتە نەخۆشەکە نەیدەوێرا تەماشای پسـوولەکە بـکات.. چونکـە دەیزانی، تاکۆتایـی ژیانـی دەبێـت نرخی ئەم پسـوولەیە بداتەوە.. بەڵام لە کۆتاییدا تەماشـای کرد.. ئەو شتەی لە دامێنی پسـوولەکەدا نووسـرابوو، سـەرنجی ڕاکێشا.. ئەم وشانەی لێ خوێندەوە:

**«تەواوی خەرجییەکەت، لەبەرامبەر پەرداخە شیرێکدا دراوە»**

**واژۆ: دکتۆر هیوار کیلی**

چاوەکانی لە فرمێسـکی شـادیدا سەر ڕێژیان کرد.. بەدڵێکی خۆشـەوە ئەم وتانەی دەگوتەوە: خوایەگیان سوپاست دەکەم.. سوپاسـی ئەو سـۆزو خۆشەویستییە بێ ئەندازەو نەرمو نیانییە گشتگیرو بەرفراوانەت دەکەم.. کە ڕژاندووتە ناو دڵو دەستی مرۆڤەکانەوە.

هەردەم لە ئاست کاری چاکەدا، ڕژدی مەنوێنەو خۆتی لێ مەگرەوە.. لە بیریشت بێت: چی بچێنیت.. هەر ئەوە دەدووریتەوە. ژیانیش قەرزو دانەوەیەتی.. ئەگەر لەم دنیاش پێت نەدرێتەوە، دڵنیابە ڕۆژێك دادێت.. چاکتر لەوەی بەخشیوتە، پێت دەدرێتەوە.

# تاقیگەکەی ئەدیسۆن

و: شاد پێنجوێنی

لەسەردەمی پیریدا تۆماس ئەدیسۆن.. پاش دۆزینەوەی گڵۆپ.. بە یەکێك لە دەوڵەمەندەکانی ئەمریکا دەژمێردرا.. زۆربەی زۆری سامانەکەی.. لە تاقیگەیەکی سازو لەباردا - کە باڵەخانەیەکی گەورەبوو- خەرجکرد...

هەر لەو کاتانەدا بوو.. نیوەشەوێکیان فەرمانگەی ئاگرکوژاندنەوە، کوڕەکەی ئەدیسۆنی ئاگادار کردەوە.. کە تاقیگەکەی باوکی قرچەو کڵپەی ئاگری لێ بەرز بووەتەوەو لە ڕاستیشدا هیچ کەس هیچی لە دەست نەهاتووە.. هەموو هەوڵی ئاگرکوژێنەکانیش لەوەدا قاڵبووەتەوە.. ڕێ لە تەشەنەسەندنی ئاگرەکە بگرن.. تا نەگاتە باڵەخانەکانی دیکە!

هەروەها داوایان لێکرد.. ئەم بابەتە بەشێوەیەکی شیاو بەو پیرەمێردە ڕابگەیەنن.

کوڕەکەی بیرێکی کردەوەو لەبەر خۆیەوە گوتی: ئەگەر باوکم ئەم هەواڵە ببیستێت.. ڕەنگە دڵی لە لێدان بکەوێت.

لەبەرئەوە وازی لە خەبەرکردنەوەی باوکی هێناو خۆی گەیاندە شوێنی ڕووداوەکە.. هەرکە گەیشتە ئەوێ.. حەپەسا.. چونکە باوکی خۆی لەوێ بینی.. بەرامبەر باڵەخانەی تاقیگەکەی.. لەسەر کورسییەك دانیشتووەو سەیری سووتانی بەری ڕەنجی هەموو تەمەنی خۆی دەکات!!!

کوڕەکەی بڕیاری دا.. نەچێتە لای باوکیو ئازاری نەدات.. چونکە ئەو بە ناخۆشترین ساتەکانی ژینیدا تێ دەپەڕێت.

لە پڕ باوکە سەری سوڕاندو کوڕەی دی.. بە دەنگێکی بەرزو لێوان لێو لە خۆشیو شادی.. گوتی: کوڕەکەم تۆش لێرەیت؟ دەبینیت چەندە جوانە؟!! ڕەنگە جوانەکانی کڵپەو بڵێسەکان دەبینی؟!! زۆر سەرسوڕهێنەرە!!!

من بیرم بێت.. ئەو بڵێسە وەنەوشەییانە.. بە هۆی سووتانی گۆگرد لە پاڵ فسفۆڕدا بەدیهاتووە.. ئای خوایەگیان چەندە جوانە!!! خۆزگە دایکیشت لێرە دەبوو.. ئەم دیمەنە جوانەی دەدی. کەم کەس هەیە.. بە درێژایی تەمەنی.. بتوانێت دیمەنی ئاوەها جوان ببینێت! تۆ دەڵێیت چی ڕۆڵەگیان؟!!

کوڕە بە سەرسامییەکەوە وەڵامی دایەوە: بابە.. ئێوە هەموو ژینتان، لە ئاگردا دەسووتێت.. کەچی باسی جوانی ڕەنگی بڵێسەکان دەکەن!!! سا پێم بڵێن چۆن دەتوانن ئاوا لەسەر کورسی لێی دابنیشنو دڵخۆشیش بن؟! من سەرجەم جەستەم هەڵدەلەرزێتو ئێوەش باکتان نییە؟!

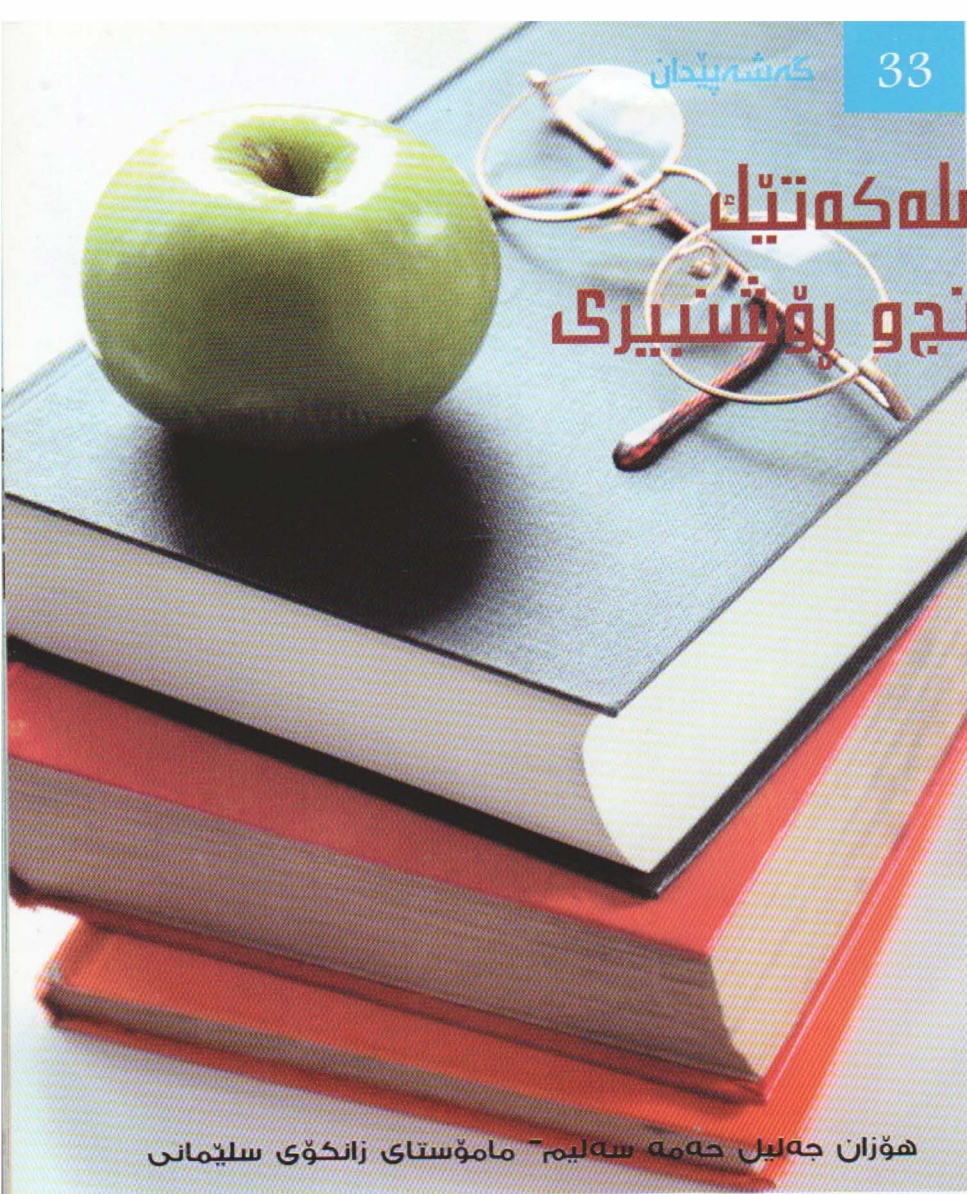
ئەدیسۆن گوتی: ڕۆڵەگیان.. خۆ ئێمە هیچ کارێکمان لە دەست نایەت.. ئاگرکوژێنەکان هەموو هەوڵی خۆیان خستووەتە گەڕ.. باشترین کاریش لەم ساتەدا.. چێژ وەرگرتنە لەم دیمەنە جوانەی کە جارێکی دیکە دووبارە نابێتەوە...!

سەبارەت بە تاقیگەو دروستکردنەوەی، یاخود نوێکردنەوەشی.. سبەی بیرێکی لێ دەکەینەوە! ئێستە کاتی ئەم کارە نییە! سەیری بڵێسە جوانەکان بکە.. لەوانە نییە جارێکی دیکە بیبینیتەوە!!!

تۆماس ئەدیسۆن ساڵی دواتر.. سەر لە نوێ لە تاقیگە تازەکەیدا.. دەستی بەکار کردەوە.. هەر ئەوساڵەش یەکێك لە گرنگترین داهێنانەکانی مرۆڤایەتی (ئامێری تۆمارکردنی دەنگ)ی پێشکەش بە جیهان کرد.. بەڵێ هەر یەك ساڵ، پاش ئەو ڕووداوە.. گرامافۆن (قەوان)ی داهێنا.

سەرچاوە:

www.persianrex.com

# زانكۆ مەملەكەتێك لە زانستو ئامانجو ڕۆشنبیری

هۆزان جەلیل حەمە سەلیم- مامۆستای زانكۆی سلێمانی

ئاشكرایە زانكۆ تەنها ناوەندێكی زانستی نییە، بەڵكو مەملەكەتێكە بۆ پێگەیاندنی نەوەیەكی ئەكادیمیو ڕۆشنبیریو ئامانج، لە كۆتاییدا نیشتمانێك دەوڵەمەند بە نەوەیەكی خاوەن بەرنامەو ئامانجو بیرو هۆشێكی دروست، بۆیە گرنگە ئەو نەوەیە ئاشنا بكەین كاتێك بەشداری لەم مەملەكەتەدا دەكەن سروشتی خۆیان بزر نەكەن، هەوڵبدەن بیدۆزنەوەو بزانن كێنو بۆچی بەشداری ئەم مەملەكەتە دەكەن؟ بزانن ئەركو مافیان چییە؟ تا گوزەر بكەن بە ڕێگەیەكی ڕاستو نەبنە میوانی ڕێگە چەوتەكان، بەشدار دەبن لە ژیانێكی نوێ، ئەم ژیانە تەنها بە ڕێكردنی قۆناغێكی تەمەن نییە بۆ بوون بە خاوەنی بڕوانامەیەك، بەڵكو دەتوانیت ببیتە خاوەن چەندان بڕوانامە كە وەك گەنجینەیەك لە ژیانی ڕۆژانەدا پراكتیزەیی بكەین، پەی بەوە دەبەم ئێوە بڵێن من لە جیهانی خەیاڵدا ژیان بە ڕێ دەكەم بەڵام ڕاستە خوێندكاران لایەنێكی ئەم مەملەكەتەن، لایەنێكی تری توێژەرو مامۆستایانن، گرنگە ئەوەش بزانین هەر ئەو خوێندكارانەیە كارەكانی ئێمەیان لە داهاتوودا پێ دەسپێرێتو دەتوانن ئەو مەملەكەتە نموونەیی بكەن، پێویستە لەم مەملەكەتەدا ئەم خاڵانە بزانن:

١- گرنگە بزانن جیهانێكە زۆر جیاواز لە قۆناغەكانی پێشوو بۆیە هەوڵ بدەن نەوەیەكی جیاواز بن، جیاواز لە نەوەیەك كە لەیەك دۆخدا ژیان پیادە دەكەن.

٢- گرنگە بزانن لەم جیهانەدا زۆرینەی كات پەیوەست نابن بە یەك پرۆگرامی خوێندنەوە، بە هەمان ئاڕاستە بیربكەنەوە بە پێچەوانەوە جیهانێك گەڕان بە دوای زانستو بیروهۆشیاریو داهاتووی نوێیە.

٣- گرنگە بزانن لەم جیهانەدا تێكەڵاوبوونی كەلتورو فیكرو ڕۆشنبیری جیاوازە كە لە شارو شارۆچكەو گوندە جیاوازەكانەوە هاوبەشن، لە كۆتاییدا سەرهەڵدانی كەلتورو فیكرو ڕۆشبیری نوێیە.

٤- گرنگە بزانن لەم جیهانەدا خوێندكاران بەشدارن لە ئەنجامدانی توێژینەوەی زانستی، پێشكەشكردنی بە مرۆڤایەتیو بازاڕی كارو لایەنەكانی تری ژیان.

٥- گرنگە بزانن پەیوەندی نێوان دوو توێژ كە خوێندكارو مامۆستایە تێبینی دەكەین كە ئەم پەیوەندییە لە كاتی وانەدا پەیوەندی مامۆستاو خوێندكارە، لە هەندێ كاتدا پەیوەندی هاوڕێیەتییە، چەند گرنگە ئەتیكێتی ئەم پەیوەندییە بزانین.

٦- گرنگە بزانین بەشدار دەبیت لە پەیوەندی نێوان دوو ڕەگەز كە كوڕانو كچانن، هەر یەكە هەڵگری تایبەتمەندی خۆیانن، ئاشنابوون بە هەندێ تایبەتمەندی یەكتر.

٧- گرنگە بزانن ژیان لێرە تەنها لە پۆلەكاندا نییە، واتە بەشداربوونتان لەوانە تیۆرییەكان، بەڵكو بەشداربوونە لە لەبوارە پراكتیكییەكان لەسەر بنەمای پسپۆڕیتان.

٨- گرنگە بزانن هەندێ كات تەنها هاوڕێی هاوپۆلەكانتان نین، بەڵكو گەیشتنتان بە هاوپۆلەكانتان زانكۆو پەیمانگاكانی تر بۆ ئاڵوگۆری بۆچوونو پسپۆڕیتان.

١٠- گرنگە بزانن لەم جیهانەدا لەگەڵ هاوڕێكردنی مرۆڤەكان دەتوانن هاوڕێی پەرتووك بن ڕاستە ئەم هاوڕێیە پێویستی زۆری بە پابەندبوونو پشوو درێژیو ئارامگرتن هەیە، دەبیتە خاوەنی هاوڕێیەك بەردەوام سودت پێ دەبەخشێت، بۆ تەنها جارێك لێت بێزار نابێت.

١١- گرنگە بزانن لەم جیهانەدا خۆمان لە هەموو ئەو خەیاڵانە بتەكێنین كە ژیان بێ بەرنامەیە، داهاتووی بێ ئامانج دوا قۆناغێكی بێ دەستكەوت بەرهەم دێنێت.

١٢- گرنگە بزانن لێرە دەگەیت بە هاوڕێی نوێ ئەمەش هونەرە، چونكە هەر یەكێك لە ئێمە خاوەنی تایبەتمەندی خۆیەتی هاوژینو هاوژیان بە لەگەڵ ئەو خوێندكارانەی سود بە خۆیانو مرۆڤایەتی دەبەخشن.

١٣- گرنگە بزانن ئەو بەرنامانەی لە خەیاڵتاندا وێنەی بۆ دەكێشن لە هەمان كاتدا لە واقیعدا بەرجەستەی بكەن.

١٤- گرنگە بزانن لێرە مامەڵە لەگەڵ فەرمانبەرانو كارگوزارو شۆفێرانو چینەكانی تردەكەن بە شێوەیەك مامەڵەیان لەگەڵ بكرێت وەك چۆن مامەڵ لەگەڵ دۆستانو ئازیزانتان دەكەن، چونكە ئەوان یارمەتی دەرو ئاسانكاری ئەم قۆناغەی ژیانتانن.

لە كۆتاییدا ڕاستە هەریەك لەم چەمكانە تەنها بە لایەك بەرجەستە نابێت وەك دەڵێن: چەپڵە بەیەك دەست فەراهەم نایەت، بۆیە لەبری ئەوەی نەفرین لە تاریكی بكەین با ڕووناكی ببەخشین، هەموومان بەشداربین بۆ بەرەو پێشچوونی ئەم مەملەكەتە.

# چارەسەری نەخۆشە وەهمییەکان

بەرزان ئەبوبەکر

دەگێڕنـــەوە پیاوێکی نەخۆش، هەر کاتێك بڕۆیشتایە بۆ لای پزیشك، دوای پشـــکنینو شـــیکارییەکان، پزیشك پێی دەگوت: لە ڕاستیدا تۆ هیچ نەخۆشییەکت نییەو کەســێکی تەندروستیو ئالوودەی هیچ گرفتێك نەبوویت.

نەخۆشـــەکە قەناعەتـــی بـــە وتەی پزیشـــکەکان نەدەکردو لەو بڕوایەدابوو دووچاری نەخۆشییەکی ترسناك هاتووە، بەڵام پزیشکی شـــارەکەی خۆی ناتوانن ئەو نەخۆشییەی بدۆزنەوەو چارەسەری پێویســـتی پێ بدەن، بۆ ئەم مەبەســـتە ڕۆژێك بڕیاریدا بچێتە پایتەخت بۆ لای پزیشـــکێکی بە ناوبانگو شارەزا، کاتێك گەیشـــتە پایتەخـــتو چـــووە لای ئەو پزیشکەی ناونیشـــانی وەرگرتبوو، پێی گوت: جەنابی دکتۆر من هەست دەکەم نەخۆشـــم، بۆ ئەم مەبەستە چوومەتە لای زیاتـــر لـــە ١٠ پزیشـــك، زۆرێـــك پشکنینیان بۆ ئەنجام داوم، بەڵام هەموو پزیشکەکان هاودەنگن لەسەر ئەوەی من هیچ نەخۆشییەکم نییە!

پزیشـــکەکە وتـــی: ئەو شـــیکاریو تیشـــکانەی بۆیان ئەنجامداوی نیشـــانم بـــدە، دوای ســـەیرکردنو لێکۆڵینەوەی هەموو شـــیکاریو تیشـــكو سۆنەرەکان، پزیشکەکە بۆی دەرکەوت کە لە ڕاستیدا ئەم کابرایە هیچ نەخۆشـــییەکی نییەو تەندروســـتی زۆرباشـــە، بەڵام هەســـتی کـــرد گرفتی ئـــەم پیاوە ئـــەو بیرۆکە نێگەتیفەیە کە لە ناخیدا چاندویەتی، کورد وتەنی واهیمەیەتی!

هـــەر بۆیە پزیشـــکەکە پێـــی گوت: من چارەسەرێکی ئەفسووناویم لایە، بە وەرگرتنی بە تـــەواوی چاك دەبیتەوەو هیـــچ نەخۆشـــیو نارەحەتییەکـــت نامێنێت.

نەخۆشەکە وتی: جەنابی دکتۆر تکا دەکـــەم هەرچی زووە ئەو چارەســـەرەم پێ بڵێ؟!

دەزانیت دکتۆرەکە چی کرد؟

جۆرێك حەبی بۆ نووسی، پێی گوت ڕۆژی ســـێ دەنك دوای نانخواردن بخۆ، پاش دە ڕۆژی تر سەردانم بکەرەوە.

دوای تەواوبوونی ماوەی دیاریکراو، نەخۆشەکە ســـەردانی جەنابی دکتۆری کـــردەوە، پزیشـــکەکە پرســـیاری لـــە تەندروســـتی کـــردو وتـــی: ئێســـتا تەندروستیت چۆنە؟

نەخۆشەکە وتی: سوپاس بۆ خوا بە تەواوی چاك بوومەتەوەو هیچ ئازارێکم نەماوە.

ئایـــا دەزانیـــت ئـــەو چارەســـەرە ئەفسووناوییە چی بوو؟

دەرمانێك بوو تەنها بۆ ڕەزامەندیو بـــاری دەروونی نەخۆشـــەکە بـــوو، ئەو حەبانە هیـــچ ماددەیەکی دژە ڤایرۆس، یان کیمیاوی تێـــدا نەبوو، بەڵکو تەنها شەکری تێدابوو، بە تایبەت دروستکرابوو بۆ ئەو نەخۆشـــانەی واهیمەیان هەیە، واتە بیرۆکەی نێگەتیفیان بە مێشـــکی خۆیـــان داوەو وا هەســـت دەکەن جۆرە نەخۆشییەکیان هەیە، بەڵام پزیشکەکان لە دۆزینەوە دەردەکەیان دەستەوسانن!

بیرۆکەی خراپ، هۆکاری سەرەکییە بۆ دروســـتکردنی واهیمە، بۆ خەمباری، بێهیوایـــی و نائومێـــدی، هیچ کات بیر لـــەم جۆرە بیرۆکانە مەکەرەوە، چونکە سەرەنجام گیرۆدەی ئازارێك دەبیت کە لە ڕاستیدا بوونی نییە.

گـــەر بیرۆکەیەکـــی خـــراپ چووە مێشکت، نەخۆشییەك دەچێتە لەشت.

سوود لە کتێبی
« صعود بلا حدود» وەرگیراوە.

# ڕاهێنانی

## مێشك

بە وردی لەم وێنەیە ورد بەرەوەو

هێزی مێشكو بیركردنەوەت بخەرەكار

بزانە چی دەبینیت؟ تا چ ڕادەیەك دیدی تێڕوانینت وردە؟

# لێرەوە خۆشحاڵی خێزانەکان دەست پێدەکات!

پەری شێخ کەریم

بە دەستهێنانی خۆشحاڵی هاوسەرانو سەرکەوتنیان لە ژیانی ڕۆژانەدا ئەرکی سەرشانی هەردوولایە کە هەوڵ بدەن بۆ بەدەستهێنانی هیواو ئارەزووەکانی داهاتوویان بە یارمەتیدانو بەرپرسیاریەتی هاوبەش لە کاروبارەکانیاندا، ئەمەش تاکە ڕێگایەکی سەرکەوتووە بۆ نەهێشتنی کێشەو ناکۆکییەکان.

وەك دەزانین سەرەتا هەموو خێزانێك ژیانی هاوسەرێتی دەستپێدەکات بە ئەوپەڕی خۆشەویستیو ڕوانینی بەردەوام بۆ شتە خۆشەکانی ژیانو ڕەنگاوڕەنگ کردنی داهاتوویەکی سەربەرزانەو ڕێگەگرتن لەو هۆکارانەی کە خۆشییەکانی ژیان تێك دەدەن، بەڵام بە تێپەڕبوونی ڕۆژانو مانگوساڵو زۆربوونی کارووبارەکان وتەو کرداری هاوسەران پێکەوە دەگۆڕێت!!

هێواش هێواش ئەو شێوازی دەربڕینو هەستو سۆزە لە ناو دەچێت بە تایبەتی لە کاتی بوونی منداڵو زۆربوونی کاروبارەکان کە وادەکات مرۆڤ زیاتر سەرقاڵی ئەوکارانە بیت کە بەلایانەوە گرنگەو هەستو سۆزی یەکتریان لە بیر بچێتەوە، بەشێوەیەك کە دەڵێی ئەو خێزانە نییە کە تا دوێنی سەرقاڵی هاوسەرەکەی بووەو هەموو بایەخێکی تەنها ئەو بووەو بەپێچەوانەوە ئەو هاوسەرەی جاران نییەو بەسەربردنی سەرەتایی ژیانی لە بیرچووەتەوە،

هەر بۆیە بە لە ناوچوونی هەستو سۆز، هاوسەران تووشی دڵتەنگیو نارەحەتی دەبن، لەگەڵ تێپەڕبوونی ڕۆژگاردا خۆشبەختیو خۆشحاڵی لەگەڵ سەرقاڵیدا لە ناو دەچێتو ئارەزوو خەونەکانی داهاتوو ڕوو لە تێکشکان دەکەن.

لێرەدا بە پێویستی دەزانم بڵێم ئەگەر هەردوولا ئەرکو پێویستییەکانی یەکتری بزانن و ئاگادار بن لەوەی هەر کەمتەرخەمییەك دروست ببێت بێگومان لە پێناوی جێبەجێکردنی کارەکانی یەکتریدا دروست دەبێت ئەوە دوور دەبن لە نارەزایی دەربڕینو هەمیشە هاوکاری یەکتری دەکەن لە کارەکاندا.

پێویستە لێرەدا هەڵوێستەیەك بکەن بۆ سەر لە نوێ ڕەنگاورەنگ کردنی ژیانی هاوسەرێتی کە بەردەوام بە ڕەنگی ڕێزو خۆشەویستی ڕەنگاو ڕەنگ دەکرێت. بە ڕەچاوکردنی چەند خاڵێکی پێویست کە دەبێت هاوسەران ئاگاداری بن:

* هەرناکۆکییەكو کەمتەرخەمییەك دروست بوو هەمان ڕۆژ چارەسەر بکرێت.

* هەمیشە هاوڕێیەکی دڵسۆز بن بۆ یەکتری پاشان هاوسەرێکی بە وەفا.

* ڕێزگرتنی بەردەوام لە نێوانتاندا، هەڵبژاردنی جوانترین وشەو ڕەفتار هەتا بەرداوەم ژیانتان وەك سەرەتا بێت.

* هەر دوولا وەك یەك هەوڵبدەن بۆ پەروەردەکردنی منداڵو پێگەیاندنی نەوەیەکی سەرکەوتوو.

لە گرنگترین ئەو شتانەی کەپێوستە هاوسەران ڕەچاوی بکەن چەند ڕێسایەکە کە دەتوانرێت لەو ڕێگەوە سەربەرزی خێزانەکان بهێنرێنە دی لە گرنگترین ئەو یاساو ڕێسایانەش:

١- ترسی خودا لە هەموو وتەو

کردارێکدا، کاتێك مرۆڤ دەزانێت چاودێری بە سەرەوەیەو لە هەڵسوکەوتەکانی ئاگادارە کارێـك ناکات کـە لـە لای چاودێرەکەی ناشـیرین بێـت، بێگومان هاوسـەران لە هەموو کەس زیاتر پێکەوە دەژین بەردەوام وتەو کردار لە نێوانیاندا دروسـت دەبێت، ئەگـەر ڕازیبوونـی خـودای لەگەڵدا بێت ئەوە بەرەکەتو خۆشبەختی دەکەوێتە ئەو خێزانەوە،بـەڵام بە پێچەوانەوە ململانێو زیادبوونی کێشە دروست دەبێت.

٢- دروسـتبوونی ماڵێکـی خۆشـبەختو خۆشـحاڵ بەرهەمـی ڕێزگرتنـی یەکترییە، وەك لە سـەرەتاوە باسـمان کرد، چونکە ڕێزگرتنی هەسـتو سـۆزی یەکتـری هۆکارێکـە بـۆ زاڵبوون بەسەر کێشـەکاندا، لە کاتی ڕوودانی هەر کێشەیەکدا بەشـێوازی ڕێزو گوێگرتن لە یەکتری کێشـەکان چارەسەر دەکەن، هەر وەك وتـراوە ڕێز گەوهەرێکـی بەنرخەو نەمانی ئەم ڕێزگرتنە خۆشەویشتی لە ناو دەچێت).

٣- ئارامگرتـن: وەك دەزانن هەموو هاوسەران کاتێك لەسەرەتاوە ئاشنا دەبن بە یەکتری شارەزاییان لە خوڕەوشتی یەکتری نییە زۆر زوو تووشـی ناڕەزاییو دڵتەنگی دەبـن، یا هەندێجـار وا بیر دەکەنەوە کە هەڵبژاردنەکەیـان هەڵەبـووە، بـەڵام بە پێچەوانەوە،پێویستە هەردوولا ئارام بگرن بەرامبـەر بەهـەر کەمتەرخەمییـەك بۆ بەدیهێنانی ژیانێکی خۆشبەختانە.

خاڵەکان زۆرن بەڵام هیوادارم هەموو هاوسـەران خاڵـە لاوازەکان لـە خۆیاندا نەهێڵن، ئەو خاڵانەی کە بەهێزنو دەبێتە هۆی سـەرفرازیو بەختەوەری لە خۆیاندا دروستی بکەن.

لە کۆتاییدا پسـپۆڕێکی شـارەزای بواری خێزانی دەڵێت: هاوسـەران دەتوانن بەگرتنەبـەری چەنـد ڕێگایـەك کـە کاریگەرییەکی ئەفسوناوی هەیە خێزانێکی بەختـەوەر دروسـت بکەن، ئـەم کارەش لێپرسـراوێتی هەردوولایـە کـە دەبێت هاوسـەنگی ڕۆحیو هەسـتی سـۆزداریو متمانـەو گومانـی باشـیان لـە نێوانـدا هەبێتو هەردوولا هاوکارێکی باشـی یەك بن بۆ دروسـتکردنی خێزانێکی بەختیارو کامەران.

ستایش پێنجوێنی

# با لە ڕۆژی جیهانی بەساڵاچوواندا گوێ لە ناخی پیرێك بگرین

وەرن بـا لـە ١/١٠دا ڕۆژی جیهانـی بە سـاڵاچووان، گوێ لـە ڕازی ناخی ئەو پیرە بگرین کە لـە ئاوێنەیەکدا لە خۆی دەڕوانێتو فرمێسك بە گۆنا چرچەکانیدا دێتەخـوارێو بە خۆی دەڵێـت: تا دوێنی بوو بـاڵات بـەرزوو ڕێك بـوو، ڕومەتت گۆشـتنو بازوت بەهێزو قاقای پێکەنینت بـوو، ئاواتت بوو کۆرپەیەکت هەبێو پێت بڵێـت بابەگیـان؟ تاکۆرپەت کـردە کوڕو کچۆڵە بوویتە باپیرە!!، دەورت چۆڵ بوو، وەلایان نایت، ئـەم چینە، لەبەر خۆیەوە دەڵێت: بەهارو سـەوزیو جوانیم بۆچییە کە لای من وەرزی پایزو وەرینی خۆشییە! پرچو ڕدێنی سـپیو ڕەنگی زەردم لە پایز دەکات! چـاوی کزو بە قوڵاچووم لە چرای خامۆش دەکات! دەسـتی چـرچو لەرزۆکم لە گـەڵای هەڵوەریـو دەکات! دەنگی گڕو وشەی لەرزۆکم لە نوزەی بێناز دەکات! لە ڕووخساری هەمووان ڕادەمێنمو حەپەساوم زۆر بە قوڵیو وردی دەڕوانم!

دەمـم کردووەتـەوەو دەمەوێت بڵێم هاوڕێکانم کوان! زۆرنامۆو بێزارم! تەمەنم چیایەکـی بەفریـن بوو هێندە سـوتام بۆ کۆرپەو خۆشەویسـتی ڕۆڵەکەم! واخەریکە دوادڵۆپـم بتوێتـەوەو بچمە ژێـر خاكو ئاوو نازناوەکەم کوێربێتەوە! دەڵێت: گوێ بۆڕازی ناخم بگرن ڕۆژی جیهانیم بۆچییە؟ کە من ئەو کۆرپەیەی ئامێزم کردە لانکەو شوێنی گەشەو ئارامگەی تاگەورەبوو!! بەڵام ئێسـتا ڕووم لێ وەردەگێڕێت!! بۆ بە تەنها لە ژوورێکدا لە دووری خۆت دەم خەوێنی! تابێـزار نەبیت لە کۆکەو ناڵـە ناڵەکەم!! داخەکەم ئەمڕۆ ئاوایە حاڵەکەم!

کوڕی شیرینم کچەنازدارەکەم خۆ من تابەیان خۆم دەکردە لانکە تاببیستم نرکەو کورکەو گریانی گەرووە ناسـکۆڵەکەت! بۆ بە تەنهاو لە دووری سفرەو خێزان خولقم دەکەیـت بۆ خوانەکەم! بە پیسـم مەزانە کـە ددانم کەل بوووەو خـواردن دەڕژێتە سـەرلێوو چەناگەو پۆشـاکەکەم! خۆ من کاتێك ماچی دەمتم دەکرد تامی لیکەکەی ناودەمیشتم دەکرد! ئەزیزی دڵم بۆ ئەمڕۆ وا من بێ ناز دەکەیت! بۆ ڕووم تێناکەیتو قسـەیەکم لەگەڵ ناکەیت؟! بیرتە هەموو شەوێك تا بە خەوم دەسپاردی چیرۆکم بۆ باس دەکردیـت؟! هەموو چیرۆکەکانم بۆ شـرۆڤە کردیت! تەنها چیرۆکی مەینەتی خۆمـم لە کاتی بەخێوکردنی تۆدا بۆباس نـە کردی وتم ڕەنگە خـۆت لێی تێبگەی نەمزانی فەرامۆشـی دەکەیت! بۆ لە ڕێگاو کاتی ڕۆیشتندا جێم دەهێڵیو بێزار دەبیت لە هەنگاوە لەرزۆکەکانم! بیرتە دارەدارەم پـێ دەکردیـت لـە دەوری هەنگاوەکانت دەگەڕام تا باخچەی ساوایانو قوتابخانەش خۆم بە باوەش دەم بردیو لە سەرشـانی خۆم هەڵم دەگرتیت!

بۆ کە دەڵێم ناتوانم خۆم بشۆم پشتگوێم دەخەیت! بیرتە تادەم شـۆردی گۆرانیم بۆ دەگوتـی! بۆ وازو کۆتا ماڵئاواییم لێدەکەیت کە نەخـۆش دەبم لای میوانـەکان دەڵێیت دوعای بۆ بکەن خوانەجاتی بات لەم حاڵەی! ئەی بۆ ناڵێی خواشـیفای بـدات! بیرتە بە ئەندازەی چرکەکانی نەخۆشـیت فرمێسکم بۆ دەڕشتیو بۆ لای پزیشکم دەبردیت!

تێناگەم بۆ دەبێت خانەی بەساڵاچووان هەبێـت! خۆمن منداڵانـی هەمووجیهانم بـە وێنـەی جگەرگۆشـەکەی خۆم خۆش دەویست! بۆ ئێستا نەوەکانم وەك باوکێك خۆشـیان ناوێم! نازانم بـۆ لەم جیهانەدا وانامـۆو بێنـازم! هـاکا شـەماڵی مەرگ هاتو لەسـەر قەدی ژیـان هەڵی وەراندم! لەکۆتا وشـەما پێـت دەڵێـم: ڕۆڵە گیان تۆش سـەرەنجامت وەك منـە، ماڵئاوا لە ڕووخساری تورەو بێزارت!!!

# ٩٩ ئامۆژگاری بۆ پەروەردەکردنی منداڵەکانت

• حسێن مەحمود

٨١- دەست بێنە بە سەری منداڵی بێ باوکداو بەبێ بریندارکردنی هەستو نەستی لێی نزیك بەرەوە.

٨٢- وا بکە لە منداڵەکەت کە هەست بکات باشە لای تۆو لە دڵی تۆدا جێگای هەیە.

٨٣- منداڵەکەت بەو ناوە بانگ بکە کە پێی خۆشە.

٨٤- منداڵ حەزی لە هاندانە، بۆیە وشەی سوپاس -ئافەرین- خودا پاداشتت بداتەوە- زۆر باشە- شێری خۆم....هتد. بەکار بهێنە.

٨٥- پێویستە لە کاتی قسەکردندا بە زەوقو سەرنجو گرنگییەوە قسەی لەگەڵدا بکەیت.

٨٦- منداڵەکەت هانبدە، کاتێك پرسیار دەکاتو کاتێکیش وەڵام دەداتەوە.

٨٧- منداڵەکەت ڕابێنە کە هەر لە منداڵییەوە نوێژەکانی لە مزگەوت بکات، لەگەڵ خۆتدا بیبە بۆ مزگەوت.

٨٨- کچە بچوکەکەت ڕابێنە لەسەر باڵاپۆشیو خۆشەویستی بکە لە لای.

٨٩- هەر لە منداڵییەوە منداڵەکەت ڕابێنە لەسەر ڕۆژووگرتن.

٩٠- نابێ سزادان ئاسەواری دەروونی، یان جەستەیی جێبێڵێت، نابێ سزادان بە سوکایەتی پێکردنو گاڵتەپێکردنەوە بێت، نابێ سزادان بە داخکردن بێت، یان بە دەرزی پیاکردن، یان بەکارهێنانی ئامێری تیژ، یان سۆندە، یان داری ئەستوورو کوتەك بێت.

٩١- منداڵەکەت ڕابێنە کە لە وتنی قسەی هەقو ڕاستیدا جوامێرو نەترس بێتو لە کەس نەترسێت.

٩٢- منداڵەکەت فێربکە کە بەزەیی بە بچوکدا بێتەوەو ڕێز لە گەورە بگرێت.

٩٣- بە منداڵەکەت بڵێ: بێ زەحمەت ئەو شتەم بدەرێ، تکایە کاتێك تووڕە دەبیت وا مەکە.

٩٤- منداڵەکەت فێری ئاکار جوانی بکە، لە سەرووی هەموویانەوە: ڕاستگۆییو دەستپاکی.

٩٥- منداڵەکەت هان بدە بە باشی گوێ بگرێت، تاوەکو ئەویش لە پاشاندا قسەکەرێکی بە توانا بێت.

٩٦- ڕق لێ بوون لە دوژمنانی خوا لە دڵی منداڵەکەتدا بچێنە بە تایبەتی شەیتانەکانو جولەکە.

٩٧- پێویستە پاداشتو سزا بە هاوسەنگی بەکار بهێنرێت لە پەروەردەکردنی منداڵدا.

٩٨- هاوسەنگی لە نێوان جۆرو شێوازەکانی پاداشتدا، تەنها سوودی مادی نییە بۆ منداڵ، بەڵکو سوودی مەعنەویشی هەیە، لە شێوازەکانی پاداشت:

- ستایشو پیاهەڵدان.
- سزانەدانی جارێکی تر بەو هۆیەوە.
- دەستپێکردن بەو، لە کاتی هەڵبژاردنی گەشتێك، یان یارییەك.
- بردنی لەگەڵ خۆتدا، قسە لەگەڵ کردنی.
- دیاری: قەڵەم- نەستەلە- کارت- چیرۆك- سیدی.
- زیادکردنی خەرجییەکەی.
- لێبوردن لێی کاتێك هەڵە دەکات.
- تایبەتمەندکردنی بە سڵاو لێکردن.

٩٩- لێدان بە تەنها هۆکار نییە بۆ سزادان، بەڵکو هەندێجار سودیشی نییە، یان هەندێجار ئەنجامی خراپیشی لێ دەبێتەوە.

لە شێوازەکانی سزادان:

- گوێ ڕاکێشان.
- هەڕەشە لێکردن.
- پرتەو بۆڵە.
- بێبەشکردنی لە خەرجی ڕۆژانە، یان گەشت، یان هەرشتێ حەزی لێ بکات.
- تەماشاکردنی بە دیقەتەوە.
- گوێ پێنەدان.
- ستایشکردنی کەسی تر لە بەردەمیدا.
- لێدان لەگەڵ ڕەچاوکردنی ئەم خاڵانە:

١- دوا چاراسەرە.
٢- لێدان بۆ تەمێکردنەو وەکو خوێ

وایە، نابێ زۆر بێ‌و نابێ کەمیش بێت.

٣- نابێ دوای بەڵێنــدان بە لێنەدانی لێی بدەیــت، تاوەکو متمانــەی پێت کەم نەبێتەوە.

٤- ڕەچاوکردنــی حاڵەتــی منداڵــە هەڵەکەو هۆکاری هەڵەکردنەکەی.

٥- لەســەر بەدەســت نەهێنانــی شــتێکی ناڕەحەت لێی مەدە، (بۆ نموونە: لەبەرئەوەی یەکەم نەبووە).

٦- دەرخســتی دار بــۆ منداڵەکە هەتا لێی بترسێت.

٧- با فرسەتی بدرێتێ ئەگەر هەڵەکەی یەکەمجاری بوو.

٨- منداڵەکە کەســێکی تر ببینێت کە لێی دەدرێت.

٩- خۆت لە منداڵەکەت بدەو مەهێڵە کەســێکی تر لێی بدات، بــە تایبەتی براو خوشکەکانی‌و هاوڕێکانی.

١٠- لەبەردەم کەســێکدا لێی مەدە کە خۆشی دەوێت.

١١- لــە یــەك شــوێنی مــەدەو لــەو شوێنانەشی مەدە کە ئازاری زۆرە.

١٢- لێــدان بەکار مەهێنە ئەگەر هیچ سوودێکی نەبوو.

١٣- لــە کاتــی زۆر تووڕەبوونــدا لێی مەدە.

١٤- لە کاتــی لێداندا با پەرچەکردارو هەڵچوونی زۆرت نەبێت.

١٥- بــا ژمارەی لێدانــەکان لە یەکەوە بێت تا سێ.

١٦- دەســتت لە ڕادەی پێویست زیاتر بــەرز مەکەرەوە بۆ ئەوەی ئازارەکەی دوو قات نەبێت.

١٧- بــا لە نێــوان لێــدان‌و لێدانێکی تردا ماوە هەبێــت، تاوەکو ئازارەکە هێور بێتەوە.

١٨- دوای لێدانەکــە تاوانەکــە لەبیر بکەو یادی منداڵەکەی مەخەرەوە.

١٩- زۆر لــە منداڵەکــە مەکــە دوای لێدانەکــەو پێــش هێوربوونــەوەی داوای لێبووردن بکات، چونکە زەلیلی‌و سوکایەتی پێکردنی تێدایە.

٢٠- لــە کاتی لێدانــدا زۆری لێ مەکە کە نەگریەت.

٢١- وای لێ بکە کە هەست بەوە بکات بۆیە سزات داوە لە بەرژەوەندی ئەودایە.

دليل الآباو لتنميه مهارات الابناو

١٨٤٠ طريقة للنجاح وإدارة الحياة

زكي مهدي محمد الرباعي

ماجســتير إدارة المــوارد البشــرية- أمريكا ٢٠٠٤

# ژیان فێری کردم

**ژیان فێری کردم:** پێویســتە مرۆڤ ئەو بەهرانــە بژمێرێت کە خاوەنییەتی، نەك ئەو بەهرانەی کەنییەتی.

**ژیــان فێری کردم:** جیاوازییەکی گەورە هەیە لە نێوان ڕاکردن‌و پاشەکشەکردندا!

**ژیــان فێری کــردم:** مرۆڤ هــەر چەندە دڵســۆزو بە وەفا بێت‌و حەز بە کاری چاکە بــکات، کاتێــك بــەرەو ڕۆژهــەڵات دەڕوات ناتوانێت ئاوابوونی خۆر ببینێت، هەر چەندە نیەتیشــی پاك بێــت، لەبەرئەوە پێویســتە مرۆڤ پلان دابنێت بۆئەوەی سەربکەوێت!

**ژیان فێری کردم:** زۆربەی ئەو پەیوەندیانەی لــە کارکردنــدا دۆزەخ ئاســان، هەمــوو ئــەو پەیوەندیانەن کە متمانەیان تێدا نییە.

**ژیــان فێری کردم:** مــرۆڤ هەرچەندە بیروباوەڕێکی ڕاســتو دروســتو پتەوی هەبێــت، هەندێك بــارودۆخ ڕێوشــوێنی تایبەتی هەیە، لەو پێنــاوەدا ناچاردەبین هەنگاوگەلێك بگرینەبــەر کە پێچەوانەی بۆچوونە تایبەتییەکانمان بێت، بەڵام لەو ساتەندا دووچاری کەمترین زیان دەبین.

**ژیــان فێری کــردم:** ئەگەر مــرۆڤ لە ژیاندا شــتێك نەبوو لــە پێناویدا بمرێت، ئەوا شتێك نابێت لە پێناویدا بژی.

**ژیان فێری کردم:** هەندێك گرفت هەیە چارەســەر ناکرێــن، تەنهــا بــە وازهێنان نەبێت.

**ژیان فێری کردم:** لــە ژیاندا کۆمەڵێك بڕیــاری گرنگ هەیــە، پێویســتە مرۆڤ بوێرانە ئەو بڕیارانــە بدات، هەر چەندە سەختیش بن‌و خەڵکانێکیش لە دەوروبەرت توڕەو نیگەران بکات.

**ژیــان فێری کــردم:** نــەرم‌و نیانی لە ڕادەبــەدەر لەگەڵ خەڵکیــدا، ئازارەکانیان زیاد دەکات.

**ژیــان فێــری کــردم:** خاوەنــی عەقڵە بچووکەکان، تەنها بیر لە کاروبارە بچووك‌و سادەکان دەکەنەوە.

**ژیــان فێری کــردم:** هــەر جۆرێك لە جۆرەکانی سەرکەوتن، لە کۆتاییدا دەبێتە ڕێسایەك.

**ژیان فێــری کردم:** دیارییەکی بچووك‌و ســادەی چاوەڕوان نەکراو، کاریگەری زۆر گەورەتــرو زیاترە لە دیارییەکی بە نرخی چاوەڕوان کراو.

**ژیان فێــری کــردم:** مشــتومڕ لەگەڵ کەســانی نەزاندا نەکــەم، چونکە خەڵکی لێیان تێك دەچێت کە کاممان نەزانین.

# تەنها ڕۆژێك بە هەژاری!!

شاکۆڵ عوسمان حسێن

ڕۆژێك لە کار دەگەڕامەوە بە شپرزەییەکی زۆرەوە خۆم کرد بە ژوراو خۆم گەیاندە چێشتخانەکەو خێرا سەری مەنجەڵەکەم هەڵدایەوە، چونکە زۆرم برسی بوو... هاوارمکردو وتم: چێشت زۆری ماوە پێ بگات، وا مردم لە برسا؟ دەگەڕام بۆ شتێك بیخۆمو برسیەتییەکەم نەمێنێ تا چێشتەکە پێ دەگات.. لە پڕ هزرێك هات بە مێشکمداو ئەمەلم هەیە کە تێردەبم، چونکە گەدەم لە کاتی خۆیدا داوای نان دەکات، ئەی لەگەڵ ئەو برسیانەدا بڵێین چی؟ لەگەڵ برسی ڕاهاتوون نەك تێری، بێ ئەمەل بوون لە ڕۆژێکی تەواو تێر بوون، زۆر ڕامام بە دیار ئەم ژیانە بێ نانییە هێندە ڕۆیشتبووم تەمەنی کورتی برسێتیم بە پارووەیەك نەهێشت...

هەر ئەو ڕۆژە مەوعیدێکم هەبوو لەگەڵ هاوڕێیەکم کاتێك خۆمم ئامادە کردو لە وێستگەی پاصەکان چاوەڕێم کرد تا پاصەکە گەیشت، چوومە نێو پاصەکەو دانیشتم ویستم کرێکە بدەم کە دەستم کرد بە جانتاکەمدا سەیرم کرد جزدانەکەم بیرچووە زۆر شەرمەزاربووم خەیاڵم دەکردەوە چۆن

دابەزم، بیرم زۆر ڕۆیشت تاگەیشتە ئەوەی بیری ئەو هەستە هەژارییەی واڵە گیرفانی هاو هەژارەکانمانە دەبێت ڕێگاکانیان چۆن ببرن؟ چۆن ڕێگای درێژیان کورت بکەنەوە؟ ئاخۆ بۆ هەموو شوێنێك هەر هەنگاوەکانی خۆیان شك دەبەن؟ ئەی خودایە لەو هەستە کە دامان دەگرێت ئاخۆ چەند ڕێگا بێت بە مێشکیاندا تا لەو ژیانە تەواو ڕاستەقینەیە ڕزگاریان بێت... یان ئەوان پێویستیان بە جزدان نییە، چونکە خاوەنی هیچ پولێك نین،.. لەم بیرانەدابووم بەڕیزێك وتی خەمت نەبێ من پارەکەت بۆ دەدەم، لەو هەستە جوانە لەو هەستکردنە بە خۆشحاڵییەو لەو سیفەتە جوانە.. بەڵام هەستم بە قورسایی دەکرد چۆن ڕێگایەك ببڕم بە قەرزاری کە هیچ کات ناتوانم قەرزەکەی بدەمەوە... ئەی خودایە ئەوە کێبوو لەم شەرمەزارییە ڕزگاری کردم...لەو هەستە شێواوو شڵەژاوییە یارمەتی دام، حەزم دەکرد کەس پێنەزانێ کە بێ پارە هاتوومەتە دەرەوە سوپاس بۆ تۆ خودایە یارمەتیت دام...

گەیشتمە شوێنی مەبەست دەبوایە چەند خولەکێك بەپێ بڕۆیشتمایە کە هەنگاوم دەنا وردە وردە هەر بیرم لەو ساتەم دەکردەوە... لە پڕ قاچم لە بەردێك هەڵکەوت پێڵاوەکانم بچڕا... ئەو کات هۆشم هاتەوە زۆرم خەفەتم خوارد هەرسەیری پێڵاوەکانم دەکرد لەبەرخۆمەوە دەموت خۆ تازە کڕیومە بەچی بچڕا؟ چەند ناخۆشە؟ ئێستا بەم پێڵاوە دڕاوەنەوە بچم بۆ لای هاوڕێکەم، بریا پێڵاوەکانی ترم لە پێ بکردایە... کە چەند کات دەبێت یەکتریمان نەدیوە، هەر کە گەیشتمە لای هاوڕێکەم هەمووی بۆ دەگێڕمەوە کە چیم بە سەر هاتووە تا گەیشتومەتە ماڵتان؟.. لە خەیاڵی دۆزینەوەی ئەم بیانوانەدابووم لە پڕ خەیاڵم ڕۆیشت.. دەبێت هزریان چۆن بێت ئاخۆ کێ؟... هاوڕێکەم؟ نا نا... ئەو هاو هەژاریەنەمان تائێستا جووتێ پێڵاوی هاوشێوەی کۆنیان لە پێیاندا نەبینیوە.. ئای لەو هەستە ئاڵۆزو داگیراوەی وەکو من بێت یان زیاترە.. دڵنیام زیاترە.. ئاخۆ چەند بێزار بێت چەند هەستی تۆمەتبار بکات لە پێناو تەنها جوتێ پێڵاو.. ئەی خودایە دەبێت هەستو ئەو ژیانەی ڕاستگۆیانەی تێیدا گوزەردەکەن چەند ئاڵۆز بێت هەموو ژیانی داگیر کردووە.. لە نێو ئەم هزرانەدابووم چاوم کەوت بە پینەچییەك زۆر دڵم خۆشبوو کە چارەسەری پێڵاوە دڕاوەکانم بۆدەکات، بەڵام بێسوودە!!!.. دڵنیام ئەوان خاوەنی جووتێ پێڵاوو پولێك نین تا بەدوای پینەچیەکدا عەوداڵ بن..

گەیشتمە بەردەرگای ماڵی هاوڕێکەم... دوای سڵاوکردن چومە ژوورەوەو هەنگاوم نا کراسەکەم لە شیشی دەرگاکەیان گیربوو لە دولاوە کراسە جوانەکەم دڕا، زۆرم پێ ناخۆش بوو، هەر لەبەرخۆمەوە دەمووت ئای خوایە گیان ئەم هەموو قەدەرە ئەمڕۆ بەسەرم هات، خۆمم دەهاتە بەرچاو وەکو تەماشای ئاوێنە بکەم برسیو تینوو، کراسم دڕاو، پێڵاوم بچڕاو، جانتام بێ پارە، ئەی خودایە چ شێوەیەکم هەیە لە بەرچاویان.... کە چوومە ژووری دانیشتن هەم گەرمام بوو هەم شەرمەزاربووم.. بۆ خۆی لە ناکاو کارەبا بڕاو گەرماو شەرمەزاری تێکەڵ ببوو، ڕووخسارم بە تەواوی سوور هەڵگەڕابوو... بۆ فێنك بوونەوەمان شەربەتیان هێنا بۆم.. شتێکی زۆرسەیرتر ڕوویدا.. لە سەر سینی پەرداخ ترازاو هەموو شەربەتەکە ڕژا بە کراسەکەمدا... تووشی شڵەژانێکی دەروونی یەکجار زۆر بووم لە شەرمدا نەمدەزانی چی بکەمو ڕووبکەمە کوێ؟

ئا لێرەدا تەواو لە هەژارێکی ڕەشو ڕووت دەچم، ئەی خودایە لەو هەستە هەژارییە ئێستا منی تێدام هەژاری سەرتاپای داگیرکردووم، ئەی خودایە چی لەو هەموو کەم وکوڕییە بکەم، ئێستا خاوەنی جوتێ پێڵاو نیم خاوەنی کراسێکی جوان نیمو خاوەنی گیرفانێکی پڕ نیم، خاوەنی گەدەیەکی تێر نیم.. خاوەنی ڕوویەکی جوان نیم.. خودایە یارمەتیم بدە.. شتێك نییە فێنکییەك بدات لە ڕووم ئەی خودایە چەند هەژارم، ئاخۆ بێکراسی هەژاری بێت، یان پێڵاو دڕاوی هەژاری بێت، ئاخۆ گیرفان بەتاڵیو بێ جلوبەرگی... هەژاری بێت، ئەی ئەوانەی بێ ماڵو حاڵن هاوشێوەی ئێستای من ئاوارەو بێ جێگاو بێ ڕێگان شەو دەڕۆنو شەو دێنەوە تا ڕەنگی ڕاستەقینەی ڕوویان دەرنەکەوێت لە پاڵ ڕووی باڵەخانەکان پشوویەك دەدەن، هاوشێوەی تەرمێك خۆیان دەدەنە پاڵ سێبەری ماڵەکانمان، ئای خودایە لەو هەستە هەژارییەی ئێستای منی داگرتووە ئاخۆ چواردەور چۆن بڕوانن لێم، دڵنیام ئێوەش بەم هەستانەدا تێپەڕیون.. بیربکەرەوە لەگەڵم گەر ئەم هەژارییە بە ساڵ درێژەی هەبێت، یاخود هەموو تەمەن، ئاخۆ گوزەرانی ئەوانە چۆنن؟ کە بە درێژایی ساڵو تەمەن گوزەر دەکەن... ئای لەو دڵانەی لە برسا شەو گرێ دەدەن بە ڕۆژەوەو ڕۆژیش بە شەوەو هەموو کات چاوەڕێن یەکێك لەم تەنگەژەییەدا هاوکاریان بێت... دەزانم ڕۆژانە لەم شێوەیەت زۆر بەرچاوت دەکەوێت.... دڵنیام لەخەمدایت بۆ من؟ بەڵام خەمی من ئەوانن! بیرم بۆ ئەوە دەچوو ئاخۆ کۆتایی چیرۆکەکە دەگات بە کوێ؟ دڵنیام من گەیشتومەتە نێو دڵە هەژارەکەتو... تۆش دەستی بەخشینت هێناوە..

بەڵام ئەمە وێنەی هەژارێکە بە دراما، ئاخۆ ناخی ڕاستەقینەکان چۆنن؟

ڕەنگە ئێمە هەرجارەی یەکێك لەم هەنگاوەمان بە سەرهاتبێت، هەمووی لە ڕۆژێکدا کۆنەبووبێتەوە دەزانم بیری زۆر شت کەوتووەتەوە... هاوکاری ئێمە بۆ ئەوان چین؟ کە لە نێو قورسایی ژیاندا گوزەر دەکەن.. ئاخۆ دەپرسم؟ نانێك وەك خۆمان تێر کراون؟ یان هاوشێوەی جلوبەرگی هەڵبژێردراوی بۆنەی خۆمان پۆشتە کراون؟ یان لە کام دیکۆراتی ئەمڕۆی ماڵەکانماندا جێیان بووەتەوە؟ هەژار ئێمەین! کە هیچ لێ بووردە نین بەرامبەر ئەو دەستکەوتەی پەیدایان دەکەینو پێیان ببەخشین، هەر خەممان لە برسیو تێریو پۆشتەو ڕێکپۆشی خۆمانە. تەنانەت هەندێجار تاقەتمان نییە گوێ لە خەمو پەژارەکانیان بگرین.. ئەی چی لەو ڕێگا ساردانەی تەمەنیان دەکەن هێندە درێژە، لە چاوەڕوانیدان هیچیان بە دەست نەماوە، نە فریای خواردن دەکەون نە فریای ژیان نەفریای خەوتنو جێگای پڕ خەونی خۆش دەکەون، چۆن چۆنی منداڵەکانیان بنێرنە قوتابخانە، چۆن نەخۆشەکانیان چارەسەر دەکەن، ئاخۆ تاچەند فریای ژیانی ڕۆژگار دەکەون؟!

گەروابزانین دەوڵەمەندی لە چەندایەتیدایە، واتە چەند ئۆتۆمبێل؟ چەند خانوو؟ چەند دەفتەر دۆلار؟ چەند کۆمپانیا؟ ئەوە بە هەڵەدا چووین، دەوڵەمەندی لە بووندا نییە، لە بەخشیندایە، ئێمە هەمووومان هەژارین، چونکە ترسی لە ناوچوونی شتەکانمان هەیە دەترسین تەواوبێتو بەشمان نەکات، دەترسین ئێمە پێش ئەوان بمرین لە برسا، چونکە لە سروشتی مرۆڤدا شتێك هەیە درکی پێ دەکات ئەویش مرۆڤ خۆی باش دەزانێت خاوەنی هیچ شتێك نییە، هەموو شتەکانی بەردەستیان ئەمانەتەو ڕۆژێك دێت کۆتایی دێت، هیوادارم هەموومان مرۆڤیکی بە قەناعەت بینو لە هەژاری نەترسین، تەنها خودا خاوەن بوونی ڕاستەقینەیەو هەتا هەتاییە، سوپاس بۆ ئەو خودایەی کە برسی بووین تێری کردین، بێ جلو بەرگ بووین پۆشتەی کردین، بێ جێو ڕێ بووین، هاوشێوەی ڕێبوارێك نامۆ بووین، چەسپاو ڕاگیراو کردین، نەزان بووین فێرت کردین، بێ حەوانەوەو بێ ئارام بووین، پشووی پێداین، نەخۆشبووین چاکیکردینەوە، بچووك بووین گەورەی کردین، هەژاربووین دەوڵەمەندی کردین، سوپاس بۆهەموو شتێك کە تۆ دەیزانیت خودایەو ئێمە نایزانین.. توانای ژماردنو ڕێکخستنو تایبەتمەندیمان نییە بۆ ئەو نیعمەتانەی پێت داوین.. خودایە لەمانە زیاترو باشتر ببەخشیت بەو کەسانەی کە لە پێداویستییەکانی ژیانیاندا کەمو کورتی هەیە.

خوێنەرانــی ئازیز لە بەشــی یەکەمی ئەم ناونیشــانەدا، چەنــد نموونەیەکمان خستە بەر دیدی ئێوەی ئازیز. وا ئێستەش چەنــد نموونەیەکی دیکــە دەخەینەڕوو، دەخوازیــن ســودبەخش بێــتو جێگــەی ڕەزامەندیتان بێت.

١- ئاشکرایە خۆ بەکەم گرتن یەکێکە لە ڕەوشــتە جوانەکانو سیفەتێکی بەرزی بڕوادارانــە، بــە تایبەت زانایان. پێشــەوا (شــافیعی)یش یەکێکە لەو کەسێتییانەی لەم بوارەدا لە لوتکەدایە.

لــە یەکێك لــە پارچە شــیعرەکانیدا ئــەم ســیفەتەی خۆی (خــۆ بەکەمگرتن) بەرجەستە دەکات، دەڵێت:

أحب الصالحين ولست منهم
لعلى أن أنال بهم الشفاعة
وأكره من تجارته المعاصي
وأن كنا سواء في البضاعة.

واتــە: ئەگەرچــی من خۆم لــە پیاو چــاکان نیــم، بــەڵام پیاوچاکانــم خۆش دەوێت، ئومێــدەوارم خوای گەورە بمخاتە بــەر تــکای پیاوچاکان لــە ڕۆژی دواییدا. ڕقیشمە لەو کەسانەش کە بازرگانییەکەیان تاوانو ســەرپێچی کردنی خوای گەورەیە.. ئەگەرچــی هەمووشــمان یەکســانین لــە کاڵاکانداو بازرگانی بە یەك کاڵاوە دەکەین، ئەویش تاوانکردنە.

پێشــەوا (ئەحمەد)یــش کــە قوتابی پێشەوا (شــافیعی) بووە، کاتێك گوێی لەم وتەیەی مامۆســتاکەی دەبێت، بەم پارچە شیعرە وەڵامی دەداتەوە:

تحب الصالحين وأنت منهم
لعلهم ينالوا بك الشفاعة
وتكره من تجارته المعاصي
حماك الله من تلك البضاعة.

واتــە: تــۆ پیاوچاکانت خۆشــدەوێت، خۆشــت یەکێکی لە پیاوچیاکان، ئەوان بە تەمان بەر تکای تۆ بکەون لە دواڕۆژدا، وە ڕقت لەو کەســانەیە کە تاوانو سەرپێچی کارو پیشــەیانە، خودا لەو جۆرە کاڵایانە بتپارێزێت.

٢- (حەمیــدی ئەصفەهانــی) دەڵێت: ڕۆژێکیان لای (شــورەیك) بــووم، کوڕێکی خەلیفە (مەهدی) هات بۆلای.. تا دەرســی لەلا بخوێنێت. کوڕی خەلیفە پاڵی دابووە بە دیوارەکەوەو پرســیاری فەرموودەیەکی لە (شورەیك)ی مامۆستای کرد. مامۆستاش وەڵامی نەدایەوەو ڕوویکردە لای میوانەکانی دیکــەی. (مەعاز)یــش کە یەکێــك بوو لە ئامادەبووانی ئەو کۆڕە، هەمان پرســیاری کــوڕی خەلیفەی، لە (شــورەیك) کردەوە. ئەویش بە باشــیو بە تێروتەواوی وەڵامی پرســیارەکەی دایەوە، پاشان (مەعاز) وتی: ئەوە تۆ (مەبەستی شورەیك بوو) سوکایەتی بە کوڕی خەلیفە دەکەیت؟ (شورەیك)یش وتــی: نەخێر، بەڵام عیلمو زانســت لەوە بەنرختــرو بەڕێزتــرە کــە من ئــاوا بێ نرخــی بکەم، پاشــان کوڕەکــەی خەلیفە بە شــێوازێکی جوانو بە ئەدەبەوە لەسەر ئەژنۆ دانیشت. (شــورەیك)ی مامۆستایش وتــی: ئابــەم شــێوەیە زانســتو زانیاری بەدەست دەهێنرێت.

٣- (ئیبن عویەینــە) دەڵێت: خەلیفە (هیشــامی کــوڕی عەبدولمەلیك) هاتە ناو (کەعبــە)وە. (ســالمی کــوڕی عەبدوڵڵای کــوڕی عومەری کــوڕی خەتاب)یش لەناو (کەعبە)دا بوو، خەلیفە بە (ســالم)ی وت: داوای شــتێکو پێداویســتییەکی خۆتم لێ بکە.. با بۆت جێبەجێ بکەم. (ســالم)یش وتــی: ئاخر من شــەرم لە خــوای گەورە دەکــەم کــە لەنــاو ماڵەکەیــداو داوای پێداویســتییەکانم لە خەڵکانی دیکە بکەم جگە لە خودا خۆی.

کاتێــك لە ناو کەعبە چوونە دەرەوە.. خەلیفە دیســان بە (سالم)ی وتەوە: ئادەی ئێســتا پێداویســتیو داواکاریەکەتــم پێ بڵێ، با بۆت جێبەجێ بکەم. (ســالم) وتی: مەبەســتت پێداویســتی دنیاییــە یاخود قیامەتــی؟ خەلیفــە وتــی: پێداویســتی دنیایــی، (ســالم)یش وتی: ســوێند بەخوا تاکو ئێســتە داوای دنیام لــە خاوەنەکەی (مەبەســتی خوای گەورە بوو، کە خاوەنی هەمــوو دونیایــە) نەکــردووە. ئیتر چۆن ئێســتە داوای دنیا لە کەســێك بکەم.. کە خاوەنی نییەو هیچ بەدەســتە (مەبەستی خەلیفە بوو).

٤- ڕۆژێــك خەلیفە (هارونە ڕەشــید) بڕێــك پــارە دەداتــە (باڵوڵ)، بــۆ ئەوەی بەسەر هەژارانو نەداراندا بیبەخشێتەوە. پاش ماوەیەك (باڵوڵ) پارەکە دەگێڕێتەوە بــۆ (خەلیفــە). خەلیفــەش هــۆکاری نەبەخشینەوەو گێڕانەوەی پارەو پولەکەی لێدەپرســێت. (باڵوڵ)یش دەڵێت: خەلیفە! هەرچــی بیــرم دەکــردەوەو ســەرنجی پیاوەکانتــم دەدا کە بــە زۆر باجو خەراج لە خەڵکی دەســەنن بۆ ئەوەی بیهێننەوە بــۆ گەنجینەکــەی تۆ. منیــش هەرچەند بیــرم دەکردەوە.. کەســێکم شــك نەبردو کەســم نەدی هێنــدەی ئێوە پێویســتیان بە پــارە هەبێتو هەوڵی بــۆ بدات، بۆیە منیــش هەموویم بۆ خۆتو گەنجینەکەت گێڕایەوە.

٥- دوو کەســی خوانــاسو دینــدار پێکــەوە هاوڕێ بــوون. زۆر تێکەڵ بوونو بەردەم کێشەی یەکترەوە دەچوون.. یەکێك لەو دوو هاوڕێیە، لەپڕێکدا ڕەوشتی گۆڕا، تا وای لێهات خەڵك بە نەنگیو نەشیاویان دەزانــی.. هاوڕێکــەی دیکــەی —کە وەك خــۆی وایــەو نەگــۆڕاوە- لەگەڵیدا بێتو پێکــەوە بگەڕێن. هاوڕێکانــی دیکەی پێی دەڵێــن: بۆچی هاوڕێیەتــی دەکەیتو لێی دانابڕێیــت؟ ئەویــش لە وەڵامــدا پێیان دەڵێت: ئێســتا ئەو لە هەموو کەس زیاتر پێویســتی بە منە، دەبێت مــن لە جاران زیاتر هــاوکاری بــم، باشــتر هاوڕێیەتی بکەمو دەســتی بگــرم، هەروەهــا دوعای

خێری بۆ بکەم.. تا بیهێنمەوە دۆخی جارانو ببێتەوە سەر ڕاستە شەقامو لەو تەنگانەیە ڕزگاری بکەم.

٦- جارێکیان کۆمەڵێکی زۆر لە مسوڵمانانو فەلەکان (نەصارا) لە هۆڵێکی گەورەدا کۆدەبنەوە.. تا گوێبیستی ئەو گفتوگۆو وتووێژە بن.. کە لە نێوان زانایەکی مسوڵمانو قەشەیەکدا ئەنجام دەدرا. زانا مسوڵمانەکە لە پێش قەشەکە ئامادە دەبێتو دێتە ناو هۆڵەکەوە. پاشان قەشەکەش ئامادە دەبێتو منداڵێکیشی لەگەڵ خۆیدا هێناوە. زاناکە سەرەتا هەندێ شیرینی دەداتە منداڵەکەو کەمێك یاری لەگەڵدا دەکات. پاشان لە ناکاو دەیەوێت ئازاری منداڵەکە بداتو ناڕەحەتی بکات. (دیارە مەبەستی ئەوە نەبووە کە منداڵەکە ناڕەحەت بکات، بەڵکو ویستی ئەم کارەی بکاتە بەڵگەیەکی بەهێز، بەسەر بەرامبەرەکەیەوە). باوکەکەش (قەشەکە) بە خێرایی منداڵەکەی لە دەستی زاناکە دەرهێناو ڕزگاری کرد.. ڕێگری لە پەلاماری زانا مسوڵمانەکە کرد. زاناکەش مەبەستەکەی هاتەدیو بە قەشەکەی وت: باشە تۆ نەتهێشت من کەمێك لەو منداڵەت بدەمو کەمترین ئازارو جەزرەبەی پێ بگەیەنم، خێرا لە دەستم ڕزگارت کرد. ئیتر چۆن دەڵێن: (عیسا) سەلامی خوای لێبێت کوڕی خوایەو جولەکە کوشتوویانەو هەڵیانواسیوە؟! چۆن باوکی (عیسا) وەك خۆتان دەڵێن: خوایە- ڕازی بووە کوڕەکەی لە خاچ بدرێتو هەڵبواسرێت.. لەم کارەش بێدەنگ بووبێت؟! ئیتر کابرای قەشە بێدەنگ دەبێتو دان بەڕاستی ئیسلامدا دەنێت.. دڵنیا دەبێت لەوەی کە (عیسا) سەلامی خوای لێ بێت کوڕی خوا نییە.. بەڵکو تەنها ڕەوانەکراوی خوایەو پێغەمبەرێکی بەڕێزە.

ئومێدەوارین ئەم چیرۆكو وەڵامە شیاوانە، ببێتە پێشەنگی وتار وەڵامەکانی ئێمەو هەریەکەمان لە دیدی خۆیەوە خوێندنەوەی شیاوی بۆ بکەین، پەندی لێوەربگرینو بتوانین سوود لە ئەزموونی کەسانی بە ئەزموونو شارەزا وەربگرین.

سەرچاوەکان:


١ـ مجلة المنهج: العدد/ ٥٤.

٢ـ موسوعة الحقوق الإسلامية: سعد يوسف محسن/ ص ٦٤٨.

٣ـ سير أعلام النبلاء: للإمام الذهبي ٣/ ٤٦٦.

٤ـ موسوعة الحقوق الإسلامية: ٣٧٨.

٥ـ ماذا يقولون عن الإسلام: محمد جميل زينو: ص ٣٨ـ٣٩.


# پێش ئەوەی دووچاری کارەسات بیت، بەرنامەکانی ژیانت دابنێ

کامیار عومەر

بۆچی زۆربەی ئێمەی مرۆڤ تاکاتێك گوشارمان لەسەر نەبێت هیچ شتێك فێر نابین؟ لەبەرئەوەی گۆڕانێك لە هەڵسوکەوتی خۆماندا ئەنجام نادەین. بۆ نموونە: کاتێك باس لە تەندروستی دەکەین، گەر لە خۆمان بپرسین: لە چ کاتێکەوە پارێز لە خواردن دەکەینو دەست بە وەرزشکردن دەکەین؟

بێگومان لەو کاتەوە کە پزیشك دەڵێت: «ئەگەر شێوازی ژیانت نەگۆڕیت، دووچاری کارەساتێکی سەخت دەبیت! ئەو کات لە ناکاو وەئاگا دێینەوە!»

لە پەیوەندی هاوسەری دا: بە زۆری ئێمە کەی بە هاوسەرەکانمان دەڵێین خۆشمان دەوێن؟

لەو کاتەدا کە شیرازەی ژیانمان لە تێکچوون دایە!

لە خوێندنگەدا: ئێمە چ کاتێك تەسلیم دەبینو گرنگی دەدەین بە وانەکانمان؟

کاتێك لە لێواری مانەوەداین.

لە ئیشو کاردا: لە چ کاتێکدا بیر لە داهێنانی نوێ دەکەینەوەو بڕیاری دژوار هەڵدەبژێرین؟

لە کاتێکدا کە مایەپووچ بووبین.

چ کاتێك فێری خزمەتکردن بە کڕیار دەبین؟

دوای ئەوەی کە کڕیارەکانمان لە دەست دا!

بەزۆری چ کاتێك دەست دەکەین بە پاڕانەوەو دوعا؟

کاتێك ژیانمان ئاڵۆزەو دووچاری کێشەیەکی سەخت بووبین، دەستمان بۆ ئاسمان بەرز دەکەینەوەو دەڵێین: «خوای گەورەو میهرەبان دەزانم ماوەیەکی زۆرە قسەم لەگەڵ نەکردوویت .....» ئێمە گەورەترینو بە نرخترین وانەکان لە کاتی دژواری دا فێر دەبین.

ئێوە لە چ کاتێکدا گرنگترین بڕیارەکانی ژیانتان داوە؟

پاش ڕوودانی کارەساتو دۆڕانو ئازارەکان، لەو کاتەدا کە ئەژنۆکان لە زەوی چەقیوە، بەم جۆرە نییە؟ لەم کاتانەدایە کە بە خۆمان دەڵێین: «ئیتر لە مایەپووچیو بێ هیوایی ماندوو بووم. دەمەوێت شتێك بکەم.» ئێمە بۆ سەرکەوتنەکانمان جەژن دەگێڕین، بەڵام هیچی لێوە فێرنابین، لە کاتێکدا کە دۆڕانەکان لەگەڵ ئێشو ئازاردا فێرکەرن. ئەگەر سەیری ڕابردووتان بکەن دەزانن کارەساتو دژوارییەکان، لە ڕاستیدا خاڵەکانی وەرچەرخانی ژیانتان بوون. مرۆڤە کارامەکان ناگەڕێن بە دووی کێشەکاندا، بەڵام ئەگەر ڕووبەڕووی کێشە ببنەوە لە خۆیان دەپرسن! «بۆ گۆڕینی کردەوەو بیرکردنەوەم پێویستم بە چی هەیە؟ چۆن دەتوانم لە ئێستام باشتر بم؟»

بەڵام دۆڕاوەکان هەموو نیشانەکانی بە ئاگاهێنانەوە لەبەرچاو ناگرنو کاتێك تووشی ڕووداوێکی هاتووچۆ دەبن، دەپرسن! «بۆچی هەموو کێشەو بەڵاکان بۆ منەو بەسەر مندا دەشکێتەوە؟»

کەواتە ئێستا نە درەنگەو نە زوو، با بڕیار بدەین دەست بە کاربین کارەسات نەبێتە بنەمای هەموو کارەکانمان، بەڵکو پێش ئەوەی کارەسات ڕووبدات ئەوەی کە پێویستە ئەنجامی بدەین، ئەنجاممان دابێت، نەك کارەسات ناچار بە ئەنجامدانی کارە پێویستەکانمان بکات کە زۆر کات هیچ سوودێکی نابێت، چونکە کاتێك بە ئاگا دێیینەوە زۆر شتمان لە دەست چووە.

# هۆكاره هەڵەكانی پەروەردەكردنی منداڵان....

و: ئەمیر ئەحمەد عەبدولقادر

خێزان ئەو ئەتۆمەیـــە كە تاك تێیدا گەشەدەكاتو بە كۆمەڵی یەكەم دەناسرێت، ئەو كۆمەڵگەیەكی بچوك كراوەیەو لەوێدا بیروباوەڕو پەیوەندییە كۆمەڵایەتییەكانو ڕەوشتو ڕەفتار دادەمەزرێت، هەر لەوێشدا پەیوەندییـــە كۆمەڵایەتییـــەكان لە نێوان تاكەكان دادەمەزرێت.

خێزان كۆمەڵێك ئیشوكاری بنەڕەتیو گرنگـــی هەیە لـــە كۆمەڵگادا بـــە نموونەی بەرهەمهێنانـــی منـــداڵ و یارمەتیدانـــی بـــۆ ژینگەیەكی بـــاش بۆ بە دەســـتهێنانی پێداویستییە لاشـــەییو كۆمەڵایەتییەكانی، هەرووەهـــا كۆمەكیـــان دەكات بـــۆ بەشـــداریكردنیان لـــە ژیانـــی كۆمەڵـــگاداو شارەزایی لە بەهاو نەریتەكانی.

خێزان قوتابخانەی یەكەمە كە منداڵ لێیەوە فێری پەیوەندییە مرۆڤایەتییەكانو ئەو یاســـاو بنچینـــەو هۆكارانە دەبێت كە خۆیـــان لە زمـــانو خوونەریـــتو ڕەفتارو نەریتی ئاینی دا دەبینێتەوە.

خێزانیـــش ناتوانێـــت بـــەم كارە گرنگانە هەڵســـێت تەنها بە ئامادەكردنی هـــۆكاری باشو چاكـــی پەیوەندیـــدار بە پەروەردەكـــردنو دەســـتەبەری منـــداڵان، بـــە تایبەتی لـــە قۆناغی گەشەســـەندنی سەرەتاییدا.

ئەوانـــەی منداڵەكانیـــان بـــە باشـــی تێردەكـــەنو سەرپەرشـــتی كاروبارەكانیان دەكـــەن ئەوا هەســـتكردنێكی باشـــیان بۆ ئارامـــی خۆشـــی لا دروســـت دەبێـــت لەو جیهانـــەی دەوری داوون، ئـــەو جیهانـــە وادەبینـــن كە شـــوێنێكی ئارامـــە بۆ تێدا ژیان، شوێنێكی ســـاردو سڕ نییە گرنگیان پێ نەدرێت، شـــوێنێكی دوژمنكارانە نییە كە توانای خۆپاراستنیان تێیدا نەبێت.

كێ لە ئێمـــە گومان دەبات  ئەگەر بۆ ســـاتێكیش بێت لە ڕاستیو هەستو سۆزی بەرامبـــەر دایكو باوكی، تاك ئەگەر لەناو دڵیدا بگەڕێیت بۆ خۆشەویســـتی جگە لە دایكو باوكی كەسێكی تر نادۆزیتەوە، كێ لە ئێمە گومان دەبات ئەگەر بۆ ساتێكیش بێـــت كـــە دایـــكو بـــاوكان تەنهـــا خێرو خۆشـــیان بۆ منداڵەكانیان ناوێت، هەموو خێـــرو خۆشـــیەكیان  بـــۆ داوا دەكەن لە ژیـــانو دوارۆژیان دا، هەر لـــە پێناو ئەوە دایە كە پاڵەپەســـتۆیان لێدەكەنو شـــتیان بە سەردا دەسەپێنن لە شێوازەكانی ژیاندا كـــە لەوانەیـــە لەگەڵ ویســـتو ئـــارەزوو كەسایەتیشیاندا نە یەتەوە.

گرنگترین ئەو هۆكارە هەڵانەی دایكانو باوكان پەیڕەوی دەكەن لە پەروەردەكردنی منداڵەكانیان ئەمانەن:

**یەكەم: دڵڕەقیو بێبەزەیی:**

ئـــەوەش ئەمـــە دەگەیەنێـــت بـــە بەكارهێنانـــی شـــێوازی هەڕەشـــەكردنو بێبەشـــكردنی، یـــان بـــە بەكارهێنانـــی تۆڵەی جەســـتەیی وەكو بنچینەی كرداری پێگەیاندنـــی كۆمەڵایەتـــی، بەمـــەش كەسایەتییەكی شـــەڕانگێزی هەڵگەڕاوەیی لە سەر بنیاد دەنرێت لە چوونەدەرەوە لە بنچینەكانی ڕەوشتی ناسراوی كۆمەڵ، وەكو هۆكاری باڵا دەركردنو قەرەبوو كردنەوەی ئەو ناخۆشیانەی تووشی هاتوون.

بەكارهێنانـــی دڵڕەقی زۆر لە باوكانو دایكانـــدا پـــەرە بە خاســـییەتی درۆكردن دەدات بۆ بەرەنگاربوونەوەی هەر سزایەك، هەرووەها دوو دڵی لە جێبەجێكردنی بڕیار لـــەو هەڵسوكەوتانـــەی منداڵان تووشـــی دەبن.

**دووەم:دەستبەسەرداگرتنو زاڵبوون:**

ئەوە ئەمـــە دەگەیەنێت ســـەپاندنی بیروڕای دایك، یان باوك بە سەر منداڵەكەدا، كاتێـــك ئەم هەڵسوكەوتـــە لای یەكێك لە دایكو باوك، یان هەردووكیان بەرجەستە دەكرێت، وا لە منداڵەكە دەكات هەست بە دڵتەنگیو بێ متمانەیی بكات بەرامبەریان، هەرووەها منداڵ كۆمەڵێك هۆكاری نەرێنی لا دروست دەبێت، وەكو ترسو درۆكردنو هەســـت نەكردن بە ئازادیو بێبەشكردنی لە هەندێك چالاكی دا، هەرووەها نە بوونی ڕاوێژكـــردنو گفتوگۆ لە ناو خێزاندا وا لە

منداڵ دەکات توانـای ئەوەی نەبێت ڕای خۆی بە ئازادی دەرببڕێت، بۆیە پێویستە لەسەرمان منداڵەکانمان لەسەر سەربەستی بیروڕا دەربڕینو گفتوگۆکردنو هاوکاریو ڕاستگۆیی پەروەردەبکەیـن، سـەرەڕای پەروەردەی ئاینی ڕاست.

**سێیەم: پارێـزگاری لـێ کردنـی لە ڕادەبەدەر:**

واتـە هەسـتان بـە جێبەجێکردنـی ئـەرکو بـەر پرسـیاریەتییەکان لە بری منداڵ کە پێویست بوو جێبەجێیان بکات، چونکە بێبەشـکردنی منداڵ بە هەستانی لـە کاروبـاری تایبەتـی خۆیـدا دەبێتە هـۆی پووکانەوەو بـێ توانایی هەڵگرتنی بەرپرسیاریەتی وەك تاکێك لە داهاتوودا، هەروەهـا بەرەنگاربوونـەوەو ناخۆشـیو کێشە کۆمەڵایەتییەکان.

بێگومـان پارێزگاریکردنـی لـە ڕادەبەدەر سـەرەنجامی ترسـناکی دەبێت لە سـەر ڕەوشـتی منداڵ، ئەمـە دەبێتە هـۆی پوکانـەوەی لـە پـاڵ بێمتمانەیی بـە خۆیو سـەرنەکەوتنی لە هەڵوێسـتە کۆمەڵایەتییەکان لـەلای منداڵدا،هەروەها دەبێتە هۆی دووره پەرێزی منداڵ تەنانەت لە ناو خێزانیش دا.

**چوارەم: فەرامۆشکردنی:**

نموونـەی ئەمـەش فەرامۆشـکردنی منداڵو هاننەدانی لە سـەر ئەو ڕەوشتو هەڵسوکەوتـەی حـەزی لێیەتـی بە بێ سـزادانی لە سـەر ئەو هەڵسوکەوتانەی حەزیان لێ ناکات، لەوانەیە فەرامۆشکردن ڕوویەکی سەرپەرشـتی نەکردنی منداڵان بگرێتەوە لە خـواردنو خواردنەوەو جلو بەرگ، یان بێبایەخیو پارێزگاری نەکردنو بێ ڕێزی بەرامبەری.

**پێنجەم: ڕاڕاییو جیاوازی کردن:**

ڕاڕایی پەیوەسـتە بە جێگیر نەبوونی دایـكو باوك لـە بە کارهێنانی شـێوازی پاداشتو سـزادا، ئەمەش سەردەکێشێ بۆ ڕوودانـی ململانێ لە ناخی تاکدا، ئەوەش سەردەکێشـێ بـۆ شـڵەژان لـە پێکهاتەی کەسێتیو دەروونیدا،ئەمەش وای لێدەکات کەسـێکی ڕاڕاو دوو لایـی لە کەسـێتیدا بەش بوو لـە ناخی دا، هەروەها جیاوازی بـە مانای نـا یەکسانی لە نێـوان کوڕو کچدا لـە هەڵسوکەوتو پاداشـتو سـزا دا،ئەمەش سـەر دەکێشێ بۆ دروستبوونی کەسـایەتییەکی خۆپەرسـتو کینە لە دڵ و هەڵگەڕاوە.

# دەبێ چەندە خەرجی بە منداڵ بدەیت؟

١- سـەرەتا پێویسـتە خەرجی منداڵەکە بزانیـتو لێـی بکۆڵیتـەوە.. پاشـان بە پێی پێویسـتو بـە لەبەرچاوگرتنـی تەمەنـی منداڵەکە.. خەرجییەکەی دیاری بکەیت.

٢- بڕی خەرجی، دەبێ لەسـەر بنچینەی داهـاتو مایـەو خەرجی خێزان بێـت.. نەك لەبەر چاولێکەریو بێ بنچینەیی.. چونکە ئەم کارە، خێزان ڕووبەڕووی گرفت دەکاتەوە.

٣- خەرجـی پێدان، بە پێـی تەمەنو بە بڕی کەم دەست پێ بکە.. بەم جۆرە هەرچەند پێویسـتیو داواکاری زۆرتر بێت.. لە دەسـتت دێ خەرجییەکـەی بۆ زیـاد بکەیت.. لە توانا بەدەریـش خەرجی بە منداڵ مەدە.. تا لەبەر زۆر خەرجکردنـی، خەرجـی کەمکردنـەوەو دەستگرتنەوەی تۆ نەبینێت.

٤- سـەرەڕای خەرجـی دیاریکـراوی خواردنو پێداویسـتی خوێنـدن.. منداڵ پێی خۆشـە کەمێکیش پاشـەکەوت بـکات.. تـا دووربینـیو گەورەیـی خۆی تاقـی بکاتەوە. جارجارەش بە خەرجکردنی پاشەکەوتەکەی.. ئەم گەورەبوونەی خۆی.. پیشـانی هاوڕێکانی دەدات.

٥- سـەبارەت بە چۆنیەتی خەرجکردنی خەرجـی.. پێویسـتە منداڵەکـەت.. فێـری باشـترین شـێوازی کەڵـك وەرگرتـن لـەو خەرجییە بکەیت.

٦- هـەوڵ مـەدە.. خەرجـی بکەیتـە هۆکارێك بـۆ ملکەچکردنـی منداڵەکەت.. لە ئاسـت فەرمانو داواکارییەکانتدا. بۆ نموونە: لە کاتی هەڵچوونو تووڕەبوونتدا.. هەڕەشـەی بڕینی خەرجی لێ بکەیت.. یاخود هەڕەشـەی زیـاد نەکردنی لێ بکەیت.. لـە کاتی جەژنو خۆشییەکاندا.

٧- دەتوانـی خەرجی.. لـە هەفتەیەکدا، بەسـەر دوو، یان سێ جاردا دابەش بکەیت.. ئەگـەر ڕۆژانەش بێت باشـترە، تـا بە وردی بەرنامەڕێژی پارەوسامانی خۆت بکەیت.

سەرچاوە: مجلە خانوادە: ٤٢٠

# منداڵ و پێکەنین

ئا: کامەران محەممەد ئەمین

بەشی یەکەم

**پێکەنین:** دیاردەیەکی سایکۆلۆژی دەروونییە، لە هەمان کاتدا ڕەنگدانەوەیەکی فیسۆلۆجییەو یەکێکە لە خەسڵەتە خۆڕسکەکانی مرۆڤ، دەروونناسەکان لەسەر ئەوە کۆکن کە پێکەنین تەنها لە ڕێگەی ژیرییەوەیە، خەندەو پێکەنین ئەو دەریا قوڵەیە کە هەموو کەسێکی پاکو ڕاست دەتوانێت مەلەی تێدا بکات، لێکۆڵەرانی سایکۆلۆژی لەسەر ئەو ڕایەن کە پێکەنین زیاتر لە باری تەندروستی دەروونیدایە، بزەو پێکەنین لە هەموو بارەکاندا سوودی زیاترە وەك لە زیان، جوانترین خەندەو پێکەنین خەندەو پێکەنینی سەر لێوی منداڵە، چونکە منداڵ پەپولەئاسا ژیان جوان دەکات، تا خەندەش نەگەڕێنینەوە سەر لێوی منداڵەکان ئێمە لە ژیان سەرکەوتوو نابین، هەرکاتێکیش بزەو خەندەمان خستە سەر لێوی منداڵەکانمان ئەوکات ئێمەش دەتوانین شادیو بەختەوەری بۆ خۆمانو دەوروبەر بهێنینە دی.

*** کێ یەکەمین جار پێکەنینی بەکار هێنا؟ لە کام وڵاتەدا بۆ یەکەمجار پێکەنین بۆ چارەسەر کردن دانرا؟ کێ یەکەمین یانەی پێکەنینی پێکهێنا؟**

(هێنری دی مۆندیڤڵ)ی فەرەنسی پێکەنینی بۆ بواری پزیشکی بەکار هێناوە، نوکتەو قسەی خۆشی بۆنەخۆشەکان باسکردووە، بەڵام وەك چارەسەر کردن بۆ یەکەمجار لە ساڵی شەستەکانەوە لە بەریتانیا دەستی پێکردووە، دکتۆر (مادان کاتاریا) یەکەمین یانەی لە وڵاتی هیندستان بۆ پێکەنین کردەوە.

*** ئایا منداڵ تەنها بۆخۆی پێدەکەنێت، یان بۆ دەوروبەری؟**

- پێکەنینی منداڵ پەیوەست نییە تەنها بە خودی منداڵ، بەڵکو ئەم خۆشییە دەبەخشێتە دایکو باوکو هەموو ئەندامانی ماڵەوەو لە وێشەوە بۆ دەوروبەریو خەندە بۆ ئەو کەسانەش دەگوازرێتەوە کە لەدەوری ئەم منداڵە کۆبوونەتەوە، بیرمان نەچێت پێکەنینی منداڵ لە دنیایەك بەرائەتی دڵسافیو ناسکیو پاکیو ڕاستگۆییەوە سەرچاوەی گرتووە. زۆر بە ڕوونیش درك بەو پێکەنینە دەکرێت کە لە ناخی منداڵەوە دەردەچێت لە کانگای دڵییەوە دێتە دەرەوەو پاڵنەرێکیش هەیە کە وا لە منداڵ دەکات پێش ئەوەی بتوانێت قسە بکاتو بیروبۆچون دەرببڕێت هەست بە سۆزو ئاسودەیی دەکات هەستەکانیشی لە ڕێگەی پێکەنینەوە دەردەبڕێت.

*** چۆن دەتوانین خەندەو پێکەنین لای منداڵێکی شیرەخۆرە بپارێزین؟**

١- پێویستە منداڵ لە هەموو توندوتیژییەکی جەستەییو ڕۆحی دوور بکەوێتەوە.

٢- پێویستە منداڵ بە پێکەنینەوە ڕووبەڕووی ئەو ئاستەنگانەوە بێتەوە کە دێنە بەردەمی.

٣- پێویستە ژینگەیەکی پاكوخاوێنو کەشێکی ئارامی زانستیانەی نەرمونیان بۆ منداڵەکان بڕەخسێنین دوور لە هەموو هەڵچوونێکی لاوەکی، بە پێچەوانەوە ئاسەوارێکی خراپ لای منداڵ جێدەهێڵێتو خەندە لەسەر لێوی منداڵ دەتۆرێنێت.

*** ئایا دەتوانین هۆی پێکەنینی منداڵ بزانین؟ تا بەدوای هۆکاردا نەگەڕێین؟**

- لە ڕاستیدا تۆ بۆت دەرناکەوێت هۆی پێکەنینی ئەو منداڵانە چییە، تەنها ئەگەر تاقیکردنەوەت لەسەر هەبێت، زۆر کەس لەماڵەکان دایکانو باوکان تێبینی ئەوە دەکەن منداڵێك لەشوێنێك چەند

شتێك بەكار دەهێنێت كەدەبینن ئەو منداڵە پێدەكەنێت، بەڵام كە خۆیان دێنەوە ئەوشتەی ئەو منداڵە بەكار دەهێنن بۆ منداڵەكە خۆیان سەیر دەكەن منداڵەكەیان پێناكەنێت، هیچ هۆیەك دەرنابڕێت بۆ پێكەنین، بەڵام تۆ دەتوانیت هۆیەكەی بە ئاسانی بزانی مەرج نییە تۆ شتێكی دیاریكراو بەكار بهێنیت بۆئەوەی منداڵەكە پێ بكەنێت، جاری واهەیە بەتاقیكردنەوە شتێك بەكاردەهێنی منداڵەكە زۆر زۆر پێدەكەنێت ئیتر تۆ ئەوە دەكەیتە هۆكارێك بۆئەوەی بەردەوام خەندەو بزە بخەیتە سەر لێوی منداڵەكەت، بۆ وەڵامدانەوەی هەمان پرسیار زانایان هەستان چەند تاقیكردنەوەیەكیان ئەنجامدا لەسەر منداڵ، هەستان كۆمەڵێك یاریان پێدان، وەك (شەق شەقە، یارییە دەنگدەرەكان، ئەوانەی كە دەزرینگێنەوە، یان مۆسیقا لێدەدەن، یاخود دەجولێن...) ئەم تاقیكردنەوانەیان لە سەر (٧٠) منداڵ ئەنجامدا، توێژەرەوان بۆیان دەركەوت كە منداڵان لە تەمەنی (٤) مانگی تا (٦)مانگی زۆربەی منداڵ كە پێدەكەنن بە ختوكەدانو دەنگی نامۆو سەیرو سەمەرە پێكەنین دەردەكەن، بەڵام لە هەمووی بەهێزتر ختوكە دانەكەیە كە پێی پێدەكەنن، بەڵام لە تەمەنی (٦-٩) مانگی بەو شتانە پێكەنینیان دێت كە دەیبیستنو دەیبینن، وەك شتی سەیرو سەمەرەو كۆمیدی، لە تەمەنی (٩-١٢) مانگی منداڵ بەو شتانە زیاتر پێدەكەنێت كە خۆی یاری لەگەڵدا دەكاتو بەشداری لەگەڵدا دەكات، ڕازیش نابێت جگە لە خۆی كەسیتر بەشداری لەگەڵدا بكات، بەڵام تێبینییەك هەیە لە نێوان پێكەنینو گریاندا لە منداڵدا، ئەو كەسەی منداڵەكە بە پێكەنین دەهێنێتو دەبێتە هۆكاری پێكەنینی منداڵەكە، هەروەها ئەو منداڵەی پێدەكەنێتو یاری دەكات بەدەم دایكییەوە، لەوانەیە كەسێكی تر بێت یاری لەگەڵدا بكات بگرییت، كەواتە لەو تەمەنەدا ئەو منداڵانە پێكەنینو گریانیان زۆر نزیكە لە یەكەوە، بەڵام كێ زیاتر بەپێكەنینیان دێنێ ئەو كەسەی كە زۆر لێیانەوە نزیكەو یا دەیناسێت، بەڵام كە كەسێكی نامۆ دێت یاری لەگەڵ ئەو منداڵانە دەكات لە جیاتی منداڵەكان پێ بكەنن دەگرین. ئەو كەسانە دەتوانن ئەو منداڵە بە پێكەنین بهێنن كە لەماڵەوە لەگەڵیدا دەژین، لەبەرئەوە ئەگەر منداڵ برسی بێت، یان دڵتەنگ بێت، بە هیچ شێوەیەك ناتوانیت ئەو منداڵە بەپێكەنین بهێنیت، لەبەرئەوەی ئەو منداڵە زمانی قسەكردنی باش نییە تابتوانێت بیڵێتو بدركێنێت بۆ بەرامبەرەكەی، پێش ئەوەی منداڵ فێری قسەكردن ببێت دەبێت تۆ شوێنێی وای بۆ دروست بكەیت، كەشێكی بۆ بڕەخسێنیت پێش قۆناغەكانی قسەكردنی، دەبێت هەوڵی لەگەڵدا بدەیت كە فێری قسەكردن ببێت بۆئەوەی كەهاتە ئەو قۆناغەی كە خۆی پێویستییەتی هەست بەوە نەكات كە ناتوانێت ئەركەكانی بە باشی ڕاپەڕێنێت تۆ چەند شتێكت پێی داوە بۆ ئەوەی ئەو كاتە لای ئاسان بێت.

### * سودەكانی پێكەنین لای منداڵ:

١- بە پێكەنین لای منداڵ خەمەكان دەڕەوێنەوە، منداڵ زیاتر بڕواو متمانە بە خۆی دەكاتو باری دەروونی باش دەبێتو وزەی لەشی باش دەبێت، پێكەنین بۆ منداڵان سوودبەخشە .

٢- منداڵ بە پێكەنینەكەی دەتوانێت سەرنجی دەوروبەرەكەی ڕابكێشێتو خۆی خۆشەویست بكات، بە تایبەتی منداڵی شیرەخۆرەو.. هتد.

٣- پێكەنین كۆئەندامی بەرگری منداڵ بەهێزەكاتو ماندوێتیو شەكەتی لە دەروونیدا ناهێڵێت.

٤- پێكەنین باشبوونی تواناو فێربوونو بیركردنەوەو داهێنانە لای منداڵ.

٥- پێكەنین یارمەتی گەشەكردن دەداتو بەژداری لە دابەزاندنی پاڵەپەستۆی خوێندا دەكات.

٦-پێكەنین وەرزشێكی ڕاستەقینەیە لای منداڵ، هەم بۆ لەشو هەم بۆ ماسولكەكان، لەو كاتەدا لەش هەست بە خاوبوونەوە دەكاتو هەندێك لە ماندوبوون كەم دەكاتەوە، كاریگەریشی هەیە لە سەر هەرسكردنی خۆراكو منداڵ زیاتر ئارەزووی خواردەمەنییەكان دەكات.

٧- پێكەنین لێدانی دڵی منداڵ باشتر دەكاتو خوێن دەپاڵێوێو زۆرترین ئۆكسجین دەبات بۆ ناو خوێن.

٨- پێكەنینی منداڵ تەمەن درێژ دەكاتو هەر لە سەرەتاوە پەیوەندییە كۆمەڵایەتییەكانی لەگەڵ خێزانو دەوروبەری پتەوتر دەكات.

٩- پێكەنین تووڕەبوونو مڕومۆچی منداڵ ناهێڵێت، ڕێژەی شەڕو بەربەرەكانی كەم دەكاتەوە.

١٠- ئەو منداڵانەی لە هەر ئاستێكدان كە (كۆمیدیو قسەخۆشن) هەمیشە بە ڕووخۆشو گەشو دەم بە پێكەنینو بە ڕەزاسووك لە ناو كۆمەڵگادا هەژمار دەكرێن.

## ئامۆژگاری پیاوێكی بەساڵاچوو بۆ كوڕەزاكەی

هاونا ڕەشید

- كوڕی شیرینم هەموو كەسێك بناسە، بەڵام هاوڕێیەتی هەموو كەس مەكە.

- هەموو شوێنێك شارەزا بە، بەڵام بۆ هەموو شوێنێك مەڕۆ.

- هەموو شتێك ببینە، بەڵام باوەڕ بە هەموو شتێك مەكە.

- گوێ لە هەموو قسەیەك بگرە، بەڵام هەموو قسەیەك مەكە.

- گەر هەموو دنیا دڕك بوو، تۆ هەروەك گوڵ بە.

- گەر لە سەرماندا ڕەق بوویتەوە، بەرگی ناپاكی لەبەر مەكە.

- گەر لە تینواندا خنكایت، ئاوێك مەخۆرەوە كە ئابڕووت بەرێت.

- گەر نووقمی ئاویش بوویت، بەسەر پردی نامەردا مەپەڕەوە.

- گەر كەسێك دڵی شكاندیت، تۆ دڵی كەس مەشكێنە، چونكە پڕكردنەوەی دۆڵێك، ئاسانترە لە چاككردنەوەی دڵی مرۆڤێك.

- بە گریانی كەس پێ مەكەنەو مەهێڵە كەس بە گریانت پێ بكەنێت.

- وشەیەك بە بەرامبەرەكەت مەڵێ، كە پێت ناخۆشە بە خۆتی بڵێن.

- مافی كەس مەخۆو بۆ مافی خۆت بجەنگە.

- نهێنی خۆت بە هەموو كەس مەڵێ، نهێنی كەسانی تر بپارێزە.

- خەونەكانت لە شوێنێكی بەرز دامەنێ، كە لە دواییدا خۆشت دەستت پێی نەگات.

- چاوەڕوان مەبە كە ڕووداوەكان تۆ بگۆڕن، بەڵكو خۆت ڕووداوەكان بگۆڕە.

- با وتەكانت هەڵبژاردەی ناخت بن، هیچ شتێك بێ بیركردنەوە مەڵێ.

- داوای یارمەتی لە كەسانی تر بكە، بەڵام هەرگیز لێیان مەپاڕێڕەوە، چونكە هیچ شتێك لە ئابڕووت گرنگتر نییە.

شێخانی

# بە وردی له دەوروبەرت ڕابمێنە!!

یەکێك لەو شتانەی کە وا دەکات.. سوود لە هەموو شتێکی دەوروبەرمان وەربگرین، ئەوەیە کە لە هەموو شتێکی دەوروبەرمان ڕابمێنین‌و لێیان ورد ببینەوەو بۆ گەیشتن بە ئامانجەکانمان بە کاریان بهێنین.

هاوکات پێویستە هیچ شتێك بە بێ نرخ، تەماشا نەکەین‌و بە چاوی گرنگییەوە بۆ هەموو دەوروبەرمان بڕوانین. کەسەکانی دەوروبەرمان، هەر یەکەو لە بوارێکدا شارەزان.. دەکرێت لە کاتی پێویستدا سوودیان لێ وەربگرین.

مەرج نییە ئێمە لە هەموو کەس زاناتر بین، یاخود شارەزاترو بە ئەزموونتر بین.

زیرەك ئەو کەسەیە کە سوود لە زیرەکی کەسانی تر وەردەگرێت.. ژیر ئەو کەسەیە کە دەتوانێت چەندین عەقڵی تر، بخاتە گەڕو سوود لە ژیرییان وەربگرێت!

ئەگەر وانەکەین‌و تەنها بە خودپەسەندی‌و لە خۆ ڕازیبوون‌و تاکە کەسی کار بکەین‌و هیچ گرنگییەك بۆ دەوروبەرمان دانەنێین.. تووشی هەڵەی گەورە دەبین لە ژیانداو ئەوساش دەبێت بە تەنها باجی هەڵەکانی خۆمان بدەین‌و پەشیمانیش هیچ سوودێکی نابێت.

کابرایەکی ڕاوچی کە لەگەڵ بەرەبەیاندا بۆ ڕاوەماسی، پێش ئەوەی ڕووناکی دابێت، بەرەو ڕووباری گوندەکەیان کەوتە ڕێ.. لە ڕێگادا قاچی بەر توورەکەیەك کەوت، کە پڕ بوو لە وردە بەرد.

ئەمیش هەڵی گرتەوەو دوای ئەوەی تۆڕەکەی خستە نێو ئاوەکەوە.. بۆ کات بەسەر بردن‌و سەرگەرمی، دانە دانە بەردەکانی لە توورەکەکە دەردەهێناو فڕێی دەدایە ناو ئاوەکەوە.

هێدی هێدی دنیا ڕووناك دەبووەوە.. کاتێك کابرای ڕاوچی ویستی.. دوابەردی نێو توورەکەکە فڕێ بداتە نێو ئاوەکەوە.. بینی ئەو پارچەیە بەرد نییەو پارچە ئەڵماسە!

خەریکبوو لە خەم‌و پەژارەو تووڕەییدا، دڵی بووەستێت.. پەنجەی پەشیمانی دەگەست‌و دەیگوت: ئەگەر من ئەم هەموو ئەڵماسەم دەست بکەوتایە.. ئەوا دەبوومە خاوەنی سەروەت‌و سامانێکی بێ شومار.. بەڵام بە دەستی خۆم ئەو گەنجینە گەورەیەم فڕێدا!!

خۆ ئەگەر کابرای ڕاوچی تۆزێك لە بەردی نێو توورەکەکە ڕابمایەو سەرنجی بدایە.. ئەوسا دەیزانی کە بەردنین‌و ئەڵماسن.

بەڵام کاتێك بێ سەرنجدان‌و وردبوونەوە، مامەڵەی لەگەڵ دەوروبەردا کرد.. بەردو ئەڵماسی لێك جیا نەکردەوەو کاتێکیش هەستی بە هەڵەی خۆی کرد، کە پەشیمانی هیچ سوودێکی نەبوو!

دەبا بە چاوێکی گەشەوە، بڕوانینە دەوروبەر.. بۆئەوەی کەسێکی گرنگ بین‌و هەموو شتێك‌و هەموو کەسێك بە گرنگ بزانین..